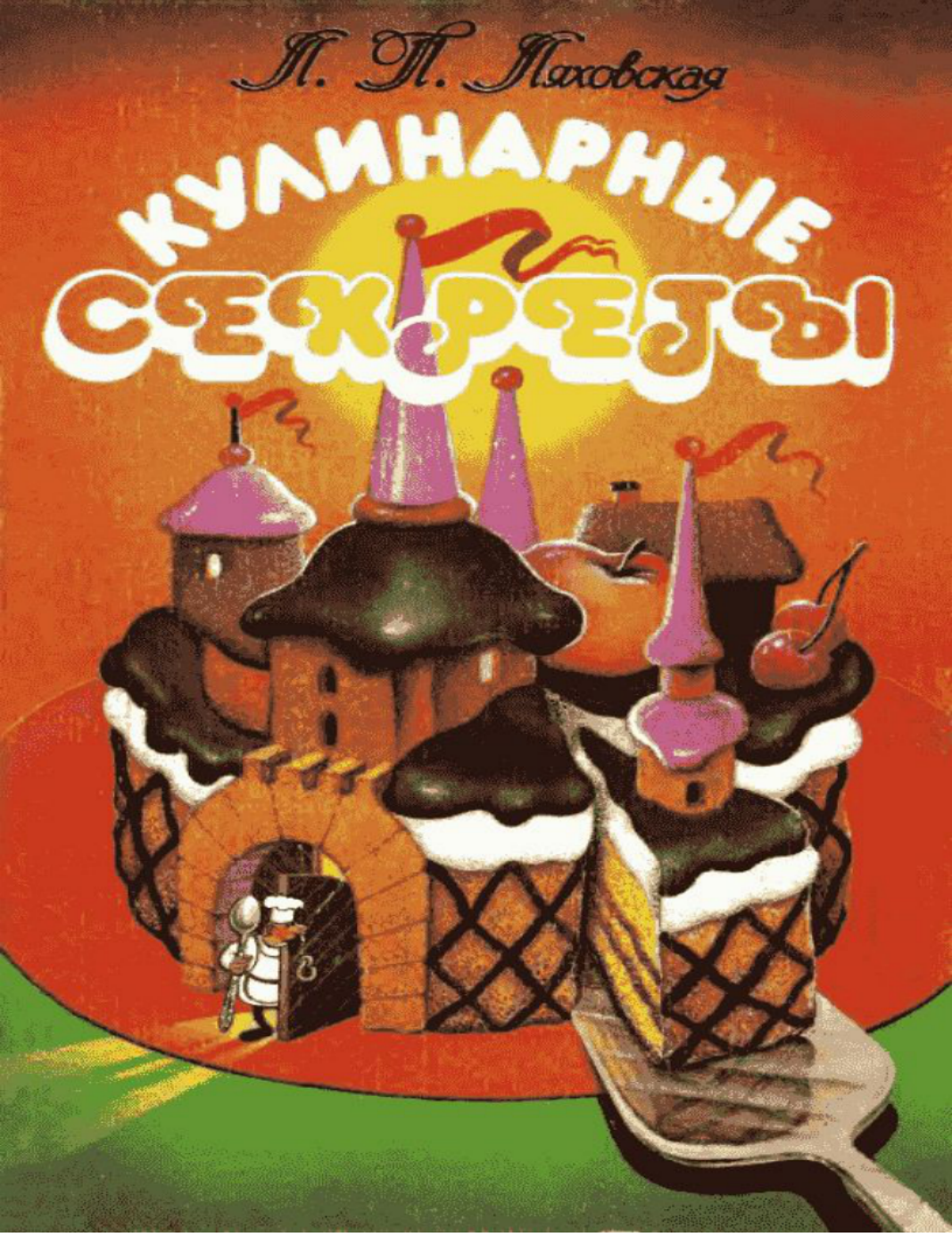
Л. П. Паховская

КУЛИНАРНЫЕ СЕКРЕТЫ



SHOUT
SHARE
IT

Annotation

В книге в популярной форме рассказывается, как из простых, общедоступных продуктов приготовить различные блюда, как их красиво оформить, как сохранить черствый хлеб, изготовив из него вкусные изделия, заготовить продукты впрок посредством домашнего консервирования, приводятся интересные сведения из истории некоторых продуктов питания. Почти все включенные в книгу рецепты апробированы на практических занятиях ленинградского клуба «Хлебосолы». Многие рецепты заимствованы из старинной русской кухни, а также из национальных кухонь народов СССР в других стран.

Книга предназначена для широкого круга читателей.

- Лидия Петровна Ляховская
  - Предисловие
  -
    -
    - 1. КУХОННАЯ ПОСУДА И ПРИБОРЫ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ПИЩИ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ
    - 2. УХОД ЗА КУХОННОЙ ПОСУДОЙ
  -
    -
    - 1. САЛАТЫ
      -
      - Салат смешанный
      - Салат из моркови и сельдерея
      - Салат школьный
      - Салат «Здоровье»
      - Салат из моркови, кураги и лимона
      - Салат из моркови с чесноком
      - Морковный салат с майонезом
      - Овощной салат по-французски
      - Салат из редьки
      - Салат из редьки со сметаной
      - Салат из редьки с простоквашей
      - Салат из редиса и огурцов
      - Салат из редиса с майонезом
      - Салат из редиса со сметаной
      - Салат из овощей по-вюрцбургски
      - Салат по-андалузски
      - Зеленый салат со сметаной
      - Зеленый салат с редисом и огурцами
      - Зеленый салат с майонезом

- Овощной салат по-сицилийски
- Салат «Монте-Карло»
- Салат из помидоров
- Салат из помидоров и огурцов
- Салат из помидоров, огурцов и яблок
- Салат из помидоров и яиц
- Салат из помидоров с яйцом и майонезом
- Помидоры, фаршированные мясным салатом
- Помидоры, фаршированные грибным салатом
- Салат из свежих огурцов с медом
- Салат из зеленого лука со сметаной
- Салат из зеленого лука с яйцом
- Салат из лука-порея, сельдерея и моркови
- Салат из сладкого перца с помидорами
- Салат из перца с помидорами и майонезом
- Салат из перца, чеснока и орехов
- Салат из сладкого перца по-венгерски
- Салат из красного сладкого перца с репчатым луком
- Овощной салат по-гречески
- Салат из овощей по-болгарски
- Салат из овощей по-испански
- Витаминный салат из сырых овощей
- Салат из красного и зеленого сладкого перца
- Салат из зеленого сладкого перца и помидоров
- Салат картофельный с луком
- Салат картофельный со свежими огурцами
- Салат из картофеля, огурцов и моркови
- Салат из картофеля с рыбой
- Салат из картофеля и свежей капусты
- Салат русский
- Салат «Вальдорф»
- Салат из свеклы с яблоками
- Салат из свеклы с орехами
- Салат из свеклы с чесноком
- Салат из свеклы с черносливом
- Салат из красной свеклы
- Салат из баклажанов с луком и зеленым горошком
- Салат из баклажанов

- Салат из тыквы
- Овощной салат «Казанова»
- Салат из сельдерея с фруктами
- Овощной салат по-чешски
- Салат из сельдерея и красной свеклы по-берлински
- Салат из фасоли с майонезом
- Салат из фасоли и риса
- Салат из шампиньонов
- Салат из грибов
- Салат из белых грибов
- Салат из грибов и помидоров по-португальски
- Салат из сырой белокочанной и краснокочанной капусты
- Салат из белокочанной капусты с майонезом
- Салат из белокочанной капусты, сельдерея и моркови
- Овощной салат по-швейцарски
- Салат из краснокочанной капусты
- Салат из цветной капусты со сливками
- Салат из цветной капусты с фруктами
- Салат из квашеной капусты
- Салат из квашеной капусты с солеными огурцами
- Салат из домашней птицы по-английски
- Салат из домашней птицы по-итальянски
- Изысканный салат из домашней птицы
- Салат из домашней птицы с фруктами
- Салат из домашней птицы по-московски
- Салат из домашней птицы со свежими огурцами
- Салат из домашней птицы по-венгерски
- Салат с сыром деликатесный
- Салат с сыром по-голландски
- Салат с сыром и яблоками
- Салат с сыром и свежими огурцами
- Салат из плавленого сыра
- Салат из плавленого сыра и картофеля
- Салат из сыра и яблок
- Салат из сыра с чесноком и луком
- Салат с сыром «Рокфор»
- Салат из брынзы с помидорами и перцем

- Салат из творога и моркови
- Салат из творога и редиса
- Салат из творога и картофеля
- Салат из творога с орехами и чесноком
- Салат из творога с орехами
- Салат из творога с фруктами
- Салат из яблок и мяса
- Салат «Астория»
- Салат из бананов со сливками
- Фруктовый салат «Каролина»
- Фруктовый салат
- Фруктовый салат со сладким перцем.
- Фруктовый салат «Солнечный»
- Салат из груш и яблок
- Салат из груш, вишни и слив
- Салат из яблок и слив
- Салат «Праздничный»
- Салат из персиков и груш
- Салат из абрикосов

- 2. ВИНЕГРЕТЫ
  - Винегрет «Летний»
  - Винегрет с рыбой
  - Винегрет с сельдью
  - Винегрет с кальмарами
  - Винегрет с мидиями и грибами
  - Винегрет с мясом
- 3. БУТЕРБРОДЫ И ДРУГИЕ ИЗДЕЛИЯ ИЗ ХЛЕБА
  -
  - Бутерброды с сыром и килькой
  - Бутерброды с куриным филе
  - Бутербродный закусочный торт
  - Детский бутерброд «Башня»
  - Детский бутерброд «Парус»
  - «Полосатые» бутерброды
  - Бутерброды с килькой
  - Гренки
  - Закусочные бутерброды
  - Батон, фаршированный грибами

○ -
- 1. ЗАПРАВОЧНЫЕ СУПЫ
  -
  - ЩИ
    -
    - Щи из свежей капусты

- Щи из квашеной капусты со сметаной
- Щи из квашеной капусты с грибами
- БОРЩИ
  -
  - Борщ украинский с пампушками
  - Борщ киевский
  - Борщок из молодого свекольника
  - Борщ зеленый
- РАССОЛЬНИКИ
  -
  - Рассольник с почками
  - Рассольник с курицей
  - Рассольник грибной
- СОЛЯНКИ
  -
  - Солянка сборная мясная
- РАЗНЫЕ СУПЫ
  - Суп крестьянский
  - Суп луковый французский
  - Суп картофельный со свежими грибами
  - Суп грибной с галушками
  - Суп из крапивы
  - Уха рыбацкая натуральная
  - Суп рисовый с овощами
- 2. ПРОЗРАЧНЫЕ СУПЫ
  -
  - БУЛЬОНЫ
    -
    - Бульон с домашней лапшой
    - Бульон с налистниками
    - Бульон с картофельными крокетами
- 3. ПЮРЕОБРАЗНЫЕ СУПЫ
  -
  - Суп-пюре из цветной капусты
  - Суп-пюре грибной
  - Суп-пюре из рыбы
  - Суп-пюре из щавеля и шпината
  - Суп-пюре из курицы, индейки или кролика
  - Суп-пюре из зеленого горошка
  - Суп-пюре из гороха
  - Суп-пюре из фасоли
  - Суп из цветной капусты с протертым

картофелем
- 4. ХОЛОДНЫЕ СУПЫ
  -
  - Холодник по-белорусски
  - Хлебный суп
  - Суп литовский
  - Окрошка сборная мясная
  - Холодный суп с овощами
- 5. СЛАДКИЕ СУПЫ
  -
  - Суп из кураги с рисом
  - Суп из ревеня с манными клецками
  - Суп из чернослива
-
- 1. БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЯ
  -
  - Драники
  - Драники с моченой брусникой
  - Картофельная каша с салом
  - Картофель, тушенный со сметаной
  - Картофель, тушенный с бараниной
  - Картофельная бабка
  - Картофельная бабка, фаршированная грибами
  - Картофель, фаршированный мясом
  - Рулет картофельный с грибами
  - Картофельная запеканка
  - Оладьи картофельные по-мински
  - Клецки картофельные с грибами
  - Клецки картофельные с мясом
- 2. БЛЮДА ИЗ КАПУСТЫ
  -
  - БЛЮДА ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ
    -
    - Белокочанная капуста с помидорами и жареным мясом
    - Фаршированная капуста
    - Фаршированная капуста по-литовски
    - Котлеты из капусты
    - Голубцы с рисом, луком и яйцом
  - БЛЮДА ИЗ КРАСНОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ
    -
    - Краснокочанная капуста к мясу, птице, рыбе, дичи

- Краснокочанная капуста с яблоками
- БЛЮДА ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ
  -
  - Цветная капуста, жаренная во фритюре
  - Цветная капуста запеченная
  - Цветная капуста, жаренная с сухарями
  - Цветная капуста, запеченная с сыром
- БЛЮДА ИЗ КОЛЬРАБИ
  -
  - Кольраби жареная
  - Кольраби по-польски
  - Кольраби тушеная
- БЛЮДА ИЗ БРЮССЕЛЬСКОЙ КАПУСТЫ
  -
  - Капуста брюссельская, жаренная в масле
  - Брюссельская капуста по-милански
  - Тушеная брюссельская капуста

- 3. БЛЮДА ИЗ ПОМИДОРОВ
  -
  - Помидоры, фаршированные мясом и грибами
  - Помидоры, фаршированные баклажанами
  - Помидоры, фаршированные мясом
  - Помидоры с рыбой
  - Запеченные помидоры
- 4. БЛЮДА ИЗ БАКЛАЖАНОВ
  -
  - Баклажаны, запеченные с овощами
  - Баклажаны, фаршированные грибами
  - Баклажаны с чесноком
  - Баклажаны «соте»
  - Фаршированные баклажаны по-египетски
- 5. БЛЮДА ИЗ КРАСНОГО СЛАДКОГО ПЕРЦА (ПАПРИКИ)
  -
  - Перец, фаршированный мясом
  - Перец, фаршированный мясом и рисом
  - Перец, фаршированный овощами
  - Перец, жаренный с чесноком
  - Перец с лисичками
  - Лечо по-венгерски

- 6. БЛЮДА ИЗ ТЫКВЫ
  -
  - Тыква жареная
  - Тыква под молочным соусом
  - Суфле из тыквы
- 7. БЛЮДА ИЗ КАБАЧКОВ
  -
  - Кабачки жареные
  - Кабачки фаршированные
  - Кабачки по-итальянски
  - Кабачки по-швейцарски
  - Кабачки по-румынски
  - Оладьи из кабачков
- 8. БЛЮДА ИЗ КРАСНОЙ СВЕКЛЫ
  -
  - Столовая свекла к жаркому
  - Столовая свекла по-французски
  - Свекла, тушенная в сметане
- 9. БЛЮДА ИЗ БРЮКВЫ
  -
  - Брюква, тушенная с картофелем
  - Брюква, фаршированная грибами
  - Брюква, фаршированная мясом
  - Брюква фаршированная
- 10. БЛЮДА ИЗ МОРКОВИ
  -
  - Морковь в молочном соусе
  - Морковь, жаренная в масле
  - Морковные котлеты
- 11. БЛЮДА ИЗ СЕЛЬДЕРЕЯ
  -
  - Сельдерей к жареному мясу, рыбе, картофелю
  - Сельдерей по-гречески
  - Сельдерей по-итальянски
  - Сельдерей по-испански
- 12. БЛЮДА ИЗ ГРИБОВ
  -
  - Грибы жаренные с луком и салом
  - Биточки грибные
  - Голубцы с грибами
  - Запеканка из сморчков (строчков)
  - Шашлык из грибов
  - Помидоры, фаршированные грибной икрой

- Омлет с грибами
- Макароны, запеченные с грибами
- Говядина с грибами и рисом
- Грибы, тушенные по-охотничьи
- Гуляш из грибов
- Гуляш из баранины с грибами
- Пирог «Рыбник» с грибами
- Рулет с грибами
- Грибы, тушенные с картофелем
- Фаршированные шампиньоны

○ ■

- 1. КРАСНЫЕ СОУСЫ
  - ■
  - Основной красный соус
  - Соус красный луковый
  - Соус красный с вином
  - Соус кисло-сладкий
  - Луковый соус с грибами
  - Соус со свежими грибами
  - Черносмородиновый соус
  - Итальянский соус
  - Ореховый соус (сациви)
- 2. БЕЛЫЕ СОУСЫ
  - ■
  - Основной белый соус
  - Соус белый с яйцом
  - Соус томатный
  - Соус сметанный
  - Соус сметанный с хреном
  - Соус бешамель
  - Соус шантийи со сливками
  - Соус-крем к дичи
- 3. СОУСЫ К РЫБЕ
  - ■
  - Белый рыбный соус (основной)
  - Соус «белое вино»
  - Белый соус с яйцом (польский)
  - Томатный соус с вином
- 4. СОУСЫ НА ГРИБНОМ ОТВАРЕ
  - Грибной соус
  - Грибной соус со сметаной
- 5. МОЛОЧНЫЕ СОУСЫ
  - ■
  - Соус молочный

- Молочный соус с мадерой
- 6. ЯИЧНО-МАСЛЯНЫЕ СОУСЫ
  -
  - Соус голландский с лимонным соком
  - Соус голландский со взбитыми сливками
  - Голландский соус с сыром
  - Польский соус
- 7. ХОЛОДНЫЕ СОУСЫ
  -
  - Соус из хрена с уксусом
  - Соус из хрена со сметаной
  - Соус из яблочного пюре с хреном
  - Соус ремолад
  - Соус ремолад с горчицей и хреном
  - Маринады
  - Соус с пряностями
- 8. СЛАДКИЕ СОУСЫ
  -
  - Вишневый соус
  - Клубничный соус
  - Брусничный соус
  - Абрикосовый соус
-
- 1. ИЗДЕЛИЯ ИЗ ТЕСТА
  - ДРОЖЖЕВОЕ ТЕСТО
    -
    - Приготовление дрожжевого теста
      -
    - Начинки для пирогов (основная рецептура)
      - Фарш мясной
      - Фарш мясной с рисом
      - Фарш мясной с рисом и яйцом
      - Фарш рыбный
      - Начинка из рыбы
      - Начинка из риса и яиц
      - Фарш морковный
      - Начинка из свежей капусты
      - Начинка из квашеной капусты
      - Начинка из свежих грибов
      - Начинка из соленых грибов
      - Начинка из соленых огурцов
      - Начинка из картофеля
      - Начинка из зеленого лука с

яйцом
- Начинка из брынзы
- Начинка из творога
- Начинка из яблок
- Начинка из кураги
- Начинка из лимона
- Начинка из щавеля
- Начинка из ревеня

- Изделия из дрожжевого теста
  - Расстегай московский с мясом и яйцом
  - Расстегай московский с грибами и рисом
  - Кулебяка с мясом и рисом
  - Праздничный пампушник
  - Праздничные булочки по-английски
  - Крендель
  - Крендель с шафраном
  - Вензель
  - Рулет с корицей
  - Чешский калач
  - Ватрушки

- СЛОЕНОЕ ТЕСТО
  -
  - Приготовление слоеного теста
    -
  - Изделия из слоеного теста
    -
    - Коржи для торта из слоеного теста
    - Яблоко в слойке
    - Слоеные язычки
    - Слоеные трубочки
    - Слойка яблочная
    - Слоеные палочки с сыром
    - Печенье из слоеного теста
    - Кулебяка из слоеного теста
    - Волованы (гнезда)
    - Курник
    - Пирог из слоеного теста с сыром и шампиньонами
    - Слоеные пирожные «Наполеон»
- БИСКВИТНОЕ ТЕСТО

-
- Приготовление бисквитного теста
- Сироп для пропитывания бисквита
- Кремы для прослаивания и отделки тортов и пирожных
  -
  - Масляный крем с яичным желтком
  - Масляный яично-молочный крем
  - Масляный крем со сгущенным молоком
  - Масляный крем с фруктовыми добавками
  - Белковый крем
- Глазури для отделки тортов и пирожных
  -
  - Белая сахарная глазурь
  - Ягодная глазурь
  - Какао-глазурь
  - Шоколадная глазурь
  - Кофейная глазурь
- Желе для отделки тортов и пирожных
  -
  - Желе вишневое
  - Желе яблочное
  - Желе лимонное
- Изделия из бисквитного теста
  - Бисквит с какао
  - Бисквит буше
  - Бисквитный земляничный торт
  - Бисквитный пирог с яблоками
  - Бисквитный пирог с клюквой
  - Бисквитный торт лимонный
  - Торт «Рыжик»
  - Торт «Золотой колос»

- ПЕСОЧНОЕ ТЕСТО
  -
  - Приготовление песочного теста
  - Изделия из песочного теста
    - Песочное печенье
    - Печенье «Ватрушки»
    - Рулетики

- Грибочки
- Орешки
- Корзиночки
- Песочное кольцо
- Песочная полоска
- Пирог из песочного теста с брусникой и яблоками
- Пирог из песочного теста с малиной или земляникой
- Песочный пирог с яблоками
- Песочный фруктовый пирог
- Песочный торт на желтках
- Песочный пирог на сметане
- Сметанник
- Пирог трехслойный
- Открытый пирог с клюквой и черносливом
- Пирог с творогом
- Пирог с яблоками
- Пирог «Тетя Капа»
- Пирог лимонный
- Крендельки сметанные

- ЗАВАРНОЕ ТЕСТО
  -
  - Приготовление заварного теста
  - Изделия из заварного теста
    - Заварные трубочки с кремом (эклеры)
    - Заварные булочки с кремом (шу)
    - Заварные кольца
    - «Лебедь» из заварного теста
- ТЕСТО ДРУГИХ ВИДОВ
  -
  - Пряники и коврижки
    -
    - Медовые пряники с грецкими орехами
    - Медовые пряники сдобные
    - Пряники миндальные
    - Пряники по-нюрнбергски
    - Пряники по-швабски
    - Пряник «Хлебосол»
    - Пряник шоколадный

- Хворост
  -
  - Хворост фигурный
  - Чак-чак
- Творожные и сырные палочки
  -
  - Творожные палочки
  - Сырные палочки
  - Соленые палочки из брынзы
- БЛИНЫ И ОЛАДЬИ
  -
  - Обычные блины
  - Блины-скородумки
  - Оладьи с яблоками
  - Оладьи со свежей капустой
  - Оладьи с тыквой
  - Гречневые блины
- 2. МЕРЕНГИ
  -
  - Приготовление меренг
  - Изделия из меренг
    - Пирожное «Меренги»
    - Торт «Невеста»
    - Торт «Людмила»

○
- 1. КВАШЕНИЕ И СОЛЕНИЕ
  -
  - Квашеная капуста
  - Огурцы малосольные (свежепросоленные)
  - Соленые огурцы
  - Соленые помидоры
  - Соленые помидоры в собственном соку
  - Перец соленый
  - Квашеная свекла
  - Моченые яблоки
  - Моченая брусника
  - Овощи для заправки
  - Шинкованные соленые овощи
- 2. КОНСЕРВИРОВАНИЕ ОВОЩЕЙ
  -
  - Консервированные томаты
  - Томаты очищенные в собственном соку
  - Консервированный сладкий перец
  - Салат из перца

- Лечо
- Консервированные огурцы
- Консервированные огурцы резаные
- Консервированные огурцы с красной смородиной
- Консервированные патиссоны
- Консервированные кабачки
- Консервированная цветная капуста

- 3. ЗАГОТОВКА ГРИБОВ
  -
  - Сушеные грибы
  - Соленые грибы
  - Маринованные грибы
  - Консервированные грибы натуральные
  - Грибная вытяжка
- 4. ЗАГОТОВКА ВАРЕНЬЯ
  -
  - Варенье из садовой или лесной земляники
  - Варенье из малины или ежевики
  - Варенье из черной смородины
  - Холодное варенье из черной смородины
  - Варенье из красной смородины
  - Желе из красной смородины
  - Варенье из крыжовника
  - Варенье из вишни
  - Варенье из сливы
  - Варенье из китайских яблочек
  - Варенье из айвы
  - Деликатесное варенье из айвы
  - Варенье из кизила
  - Варенье из дикорастущей рябины
  - Варенье из черноплодной рябины
  - Варенье из абрикосов
  - Варенье из дыни
  - Варенье из арбузных корок
  - Варенье из апельсинных корок
  - Варенье из ревеня
  - Варенье из моркови
  - Варенье «пятиминутка»
  - Киевское сухое варенье (цукаты)
  - Смоква из рябины
  - Мармелад из яблок
  - Пастила из рябины
  - Пастила из яблок

- Пастила из малины
- 5. ЗАГОТОВКА ПЛОДОВЫХ И ЯГОДНЫХ КОМПОТОВ
  -
  - Компот из яблок
  - Компот из яблок с лимоном
  - Компот из яблок с лимоном и пряностями
  - Компот из груш
  - Компот из груш с ромом
  - Компот из черешни
  - Компот из вишни
  - Компот из вишни без косточек
  - Вишня в роме
  - Компот из вишни с медом
  - Компот из слив
  - Компот из слив в собственном соку
  - Компот из слив с вином
  - Компот из слив с медом
  - Компот из абрикосов
  - Компот из абрикосов с ромом
  - Компот из абрикосов с медом
  - Абрикосы в сахаре
  - Компот из персиков
  - Компот из персиков с медом
  - Компот из кизила
  - Компот из земляники (клубники)
  - Земляника в собственном соку
  - Компот из крыжовника
  - Компот из красной смородины
  - Смородина в собственном соку
  - Компот из черники
  - Черника в собственном соку
  - Компот из брусники
  - Брусника в собственном соку
  - Брусника с яблоками и грушами
  - Компот из малины
  - Малина в собственном соку
  - Компот из ежевики
- ИЛЛЮСТРАЦИИ
- ПРИЛОЖЕНИЯ
- НАИБОЛЕЕ ЧАСТО УПОТРЕБЛЯЕМЫЕ В КУЛИНАРИИ ТЕРМИНЫ
- ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

Лидия Петровна Ляховская
Кулинарные секреты

Предисловие

Пища — основа жизни человека. От того, как человек питается, зависят его здоровье, настроение, трудоспособность. Следовательно, питание человека — это не только его личное, но и общественное дело.

Французскому физиологу Брийат-Саварену принадлежит выражение: «Животное насыщается, человек ест, умный человек умеет питаться». «Уметь питаться» ничего общего не имеет с утолением голода. Умение питаться предполагает разумное, умеренное и своевременное питание, то есть культуру питания. И этой очень непростой науке — культуре питания — необходимо учиться, учиться смолоду, пока человек еще не приобрел болезней от неумеренного питания. Так что кухня — дело очень серьезное и требует к себе уважительного отношения.

В последние годы возрос интерес к ведению домашнего хозяйства, секретам кухни, азбуке рационального питания, оформлению праздничного и будничного стола и другим вопросам нашей повседневной жизни. И это не случайно.

Участие женщин наравне с мужчинами в созидательном труде, разносторонние интересы людей, стремительный ритм жизни оставляют мало времени для дома, для семьи. Поэтому каждый стремится использовать его полнее и интереснее. Но одного стремления недостаточно. Нужны специальные знания и навыки. Как их приобрести?

Различные издательства страны выпускают довольно много литературы по вопросам кулинарии. И все же эти книги по-прежнему остаются остродефицитными. Спрос на эту литературу все еще опережает предложение. Кроме того, не всякой поваренной книгой могут пользоваться домашние хозяйки, так как рекомендации и рецепты в них даются, как правило, для специалистов или людей, уже имеющих некоторые знания по вопросам кулинарии. Изначальные сведения, нередко играющие существенное, а иногда и решающее значение, опускаются как сами собой разумеющиеся и для не посвященного в азбуку кулинарного искусства остаются тайной.

С 1980 г. при Ленинградском Дворце культуры и техники им. Первой пятилетки работает клуб «Хлебосолы» — своеобразная творческая лаборатория. Членами этого клуба являются люди, различные по возрасту, жизненному опыту, образованию и социальному положению. Но всех их объединяют большой интерес и любовь к кулинарному искусству. И следует отметить, что интерес этот у мужчин выражен в не меньшей степени, чем у

женщин. Известно, что лучшие в мире кулинары — мужчины.

В этой книге сделана попытка обобщить практический и теоретический опыт, накопленный в процессе работы в клубе, и в популярной форме изложить истины, которыми в состоянии овладеть каждый, кто желает постигнуть тайны кулинарного искусства. В ней рассказывается о том, как из простых и общедоступных продуктов приготовить красиво оформленные и вкусные блюда, научиться беречь и рационально использовать хлеб. «Простая еда — самая вкусная еда», — говорят члены клуба «Хлебосолы». И это действительно так. Есть еще одно важное правило у «Хлебосолов» — «надо уметь красиво оформлять блюдо, сервировать стол, рационально вести домашнее хозяйство. Это способствует упрочению семьи, трудовому, нравственному и эстетическому воспитанию детей, общества в целом. А умение заготовлять продукты впрок — это не только увлекательнейшее занятие, но и важное народнохозяйственное дело.

Членами клуба подготовлено несколько выпусков рекламных открыток в серии «Домашняя картотека», изданных Лениздатом. Почти все рецепты блюд, за редким исключением, разработаны членами клуба, многие из них не имеют аналогов. Клуб свято хранит традиции старинной русской кухни, национальных кухонь народов СССР, многое заимствует из зарубежных кухонь.

Книга иллюстрирована фотографиями блюд, выполненных В.К. Антиповой, Л.Н. Афанасьевой, Е.А. Беловой, Т.Н. Бородиной, Н.М. Васильевой, С.В. Голубковой, И.Х. Горобия, Р.И. Евич, Ж.П. Гурьевой, Л.В. Жилкиной, Т.В. Зверевой, Л.А. Звягольской, Л.Л. Звягинцевой, В.Ф. Заглем, Г.М. Ивановой, Л.П. Иконниковой, В.Е. Кекекбаевой, Л.А. Кузнецовой, Л.П. Ляховской, Л.С. Севастьяновой, Н.А. Сорокиной, Р.З. Мамаевой, Н.А. Масленок, Г.Л. Полянской, Т.М. Персовой, Т.Ф. Назиной, Т.Ю. Терентьевой, И.А. Трыновой, М.В. Рытовой, Е.Б. Сарповой, Б.И. Шнейвейс, В.Н. Шабуровой, Л.Б. Шорниковой, В.С. Шохиревой. Некоторые блюда, как, например, торт «Людмила», салат «Венера», названы именами исполнителей. Включенные в книгу кулинарные рецепты апробированы на практических занятиях клуба.

ГЛАВА 1
КУХОННАЯ ПОСУДА, ПРИБОРЫ И ИХ ПРИМЕНЕНИЕ

Хорошо оборудованная кухня, снабженная необходимым ассортиментом посуды и приборов, — важное условие успешной работы хозяйки. Чем больше посуды и приборов находится в ее распоряжении, тем легче и приятнее ей работал», тем больше она имеет возможностей придать приготовленным ею блюдам хороший внешний вид, возбуждающий аппетит.

Кухонная посуда должна быть изготовлена из материалов, не изменяющих внешнего вида, вкуса и аромата кушанья, не образующих с пищевыми продуктами химических соединений, которые могли бы вызвать опасные пищевые отравления. Она должна быть гладкой, без выступов и углублений

Кухонная посуда и приборы должны иметь строго определенное место, их следует содержать в образцовой чистоте. Чтобы предохранить посуду и приборы от пыли и грязи, хранить их рекомендуется в специальном кухонном буфете. Кроме буфета в кухне обязательно должен быть стол, на котором хозяйка может обрабатывать продукты для приготовления пищи.

1. КУХОННАЯ ПОСУДА И ПРИБОРЫ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ПИЩИ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ

Кастрюли в домашнем хозяйстве используют низкие и высокие, алюминиевые и эмалированные. Размеры их должны соответствовать количеству и виду приготовляемой пищи. Для варки супов, овощей, макарон, лапши необходимы кастрюли емкостью 3–4 л, для приготовления соусов, для тушения мяса, птицы, овощей достаточно одной-двух кастрюль емкостью 2–3 л. Для молока, а также компотов и киселей рекомендуется иметь отдельные кастрюли.

Для приготовления кондитерских изделий и сладких блюд лучшими являются кастрюли из нержавеющей стали. Для дрожжевого теста, для взбивания яичных белков, муссов и кремов кастрюли должны быть с высокими стенками, так как при взбивании эти продукты увеличиваются в объеме в 2–3 раза. Кастрюли с низкими стенками используются для растирания яичных желтков, варки крема, замачивания желатина и т. д. Кастрюли с высокими стенками, узкие в диаметре могут заменять формы для выпечки куличей.

Сковороды служат для жарки мяса, рыбы, яиц, овощей, мучных изделий. Картофель, овощи, мясо, рыбу следует жарить на большой сковороде, яйца — на маленькой. Для выпечки блинов и блинчиков лучше применять толстостенные сковороды с низкими бортиками, для жарки пирожков и пирогов нужны сковороды с более высокими и толстыми стенками (чугунные или из какого-либо сплава). Таким образом, каждая хозяйка должна располагать несколькими сковородами

Медная или фарфоровая посуда с округлым дном применяется для взбивания яиц, кремов, для замешивания небольших количеств теста.

Глиняная посуда используется для запекания овощей с мясом или без мяса и других целей. Пища, приготовленная в такой посуде, отличается особым вкусом.

Дуршлаг служит для процеживания супов, бульонов, для откидывания отваренных макарон, риса, овощей, для мытья фруктов, ягод, овощей.

Противни металлические с тремя бортиками предназначены для выпечки пирогов, кулебяк, рулетов, противни с четырьмя бортиками — для выпечки бисквитных полуфабрикатов. На металлических листах с одним бортиком

выпекают печенье, пирожки, пряники, ватрушки, штрудели.

Формы металлические бывают с тонкими и толстыми стенками. Для приготовления таких сладких блюд, как желе и кремы, лучше применять формы с тонкими стенками с отверстием в середине в виде трубочки. Содержимое в таких формах застывает ровнее. Мучные изделия, а также пудинги рекомендуется выпекать в формах, имеющих толстые стенки, так как в таких формах они лучше пропекаются. В тонкостенных формах края мучных изделий, пропекаясь быстрее, чем середина, подгорают, при этом середина может остаться сырой. Для выпечки коржей, кексов, бисквита, куличей и других изделий лучше использовать **фигурные формы**, они придают изделиям красивый вид. Каждой хозяйке рекомендуется также иметь **чудо-печь**, **вафельницу**, **орешницу**, **металлические трубочки** для выпечки слоеных трубочек, **набор корзиночек-тарталеток**, **набор выемок** для формования печенья и пряников, **набор трубочек (корнетов)** для выдавливания (шприцевания) кремов, джемов, паст и других отделочных продуктов, **кисточки** для смазывания поверхности выпечных изделий яйцом.

Кондитерский мешок — необходимая вещь в домашнем хозяйстве. Он делается из плотной хлопчатобумажной ткани и служит для наполнения изделий из заварного теста кремом, отделки тортов, пирожных и других целей. После каждого употребления кондитерский мешок необходимо тщательно вымыть, прокипятить в чистой воде и высушить; хранить его следует отдельно в коробке или в полиэтиленовом пакете.

Сечки с деревянным корытцем используются для рубки капусты, моркови, мяса, орехов и других продуктов.

Терки (обыкновенные и комбинированные) применяются очень широко. На них натирают различные овощи, плоды, сыры, с помощью терок снимают цедру с лимонов, апельсинов.

Миксеры, сбивалки — венички и спиральки предназначены для взбивания яичных белков, сливок, муссов, кремов, коктейлей, глазурей.

Ступки с пестиком чугунные и фарфоровые служат для растирания сахара (в пудру), лимонной кислоты, мака, орехов.

Ножи в домашнем хозяйстве могут применяться самые разнообразные: нож-пила для резки хлеба; гофрированный нож для резки масла, сыров, овощей, фруктов, теста; желобковый нож для чистки картофеля; специальный нож для чистки рыбы; нож с широким лезвием для резки мяса; маленький нош для резки лука; нож с лезвием — тонкой пилкой для резки лимона и другие.

Ножницы из нержавеющей стали применяются для разделки рыбы и других целей.

Доски деревянные бывают большие (для раскатки и формования теста) и небольшие (для резания мяса, рыбы, овощей). Для резки овощей, мяса и рыбы лучше использовать разные доски.

Тяпка деревянная служит для отбивания мяса.

Сита волосяные большие и малые, а также металлические сита предназначены для просеивания муки, процеживания соков, протирки плодов и ягод, металлические сита используются для бланширования.

Скалки деревянные лучше иметь две — круглую гладкую из сплошного куска дерева (для раскатки теста для лапши, пельменей и пр.) и проворачивающуюся на ручке (для раскатки теста для пирогов, тортов, пирожных, для переноса раскатанного пласта теста со стола на лист).

Веселки (деревянные лопаточки) — удобны для вымешивания теста, крема, сиропа.

Шумовки используются для снятия накипи с супов, сиропов, при жарении во фритюре пончиков, хвороста, ракушек.

Миски эмалированные необходимы для мытья мяса, рыбы, для споласкивания плодов и ягод.

Тазы из нержавеющей стали, медные или из латуни с одной длинной ручкой служат для варки варенья. Самая удобная в домашних условиях емкость таза 2,5 л (1,5 кг сахара на 1 кг ягод).

2. УХОД ЗА КУХОННОЙ ПОСУДОЙ

Посуда из огнеупорного стекла. В такой посуде приятно и удобно готовить. Пища в ней не пригорает. Посуда эта практична и будет долго служить, если с ней правильно обращаться. В нагретую огнеупорную посуду нельзя наливать холодную жидкость. Прежде чем поставить ее на плиту, необходимо проверить, хорошо ли вытерта ее наружная поверхность. Во время приготовления пищи дно огнеупорной посуды всегда должно быть покрыто слоем жидкости или жира, подогревать еду в ней следует на слабом огне при постоянном помешивании. Нельзя тереть огнеупорную посуду проволокой или песком, так как от этого она портится.

Алюминиевая посуда. В современной кухне эта посуда применяется очень широко. Она отличается легкостью, хорошо чистится, не трескается. Алюминий не разрушает пищевые продукты и не оказывает па них вредного влияния при приготовлении пищи. Алюминиевую посуду необходимо предохранять от ударов и сдавливания, которые могут привести к ее деформации. Мыть ее рекомендуется водой с мылом. Алюминий разрушается под действием щелочей и кислот, поэтому в алюминиевой посуде нельзя держать горячий соленый раствор или уксус, а также кислое молоко, соленую рыбу, брынзу. Пятна от пригоревшей пищи на алюминиевой посуде можно удалить, вскипятив в ней воду с луком. После этого посуду моют водой с мылом. Металлическая вата придает алюминиевой посуде блеск, не повреждая ее.

Эмалированная посуда. Эта посуда отличается красивым внешним видом, она легко моется и чистится. Моют ее водой с мылом. Если посуда загрязнена жиром, ее чистят, протирая питьевой содой с мылом или песком с мылом. Кастрюлю с пригоревшей едой можно легко отмыть, если подержать в ней воду, добавив в нее чайную ложку питьевой соды. Эмалированная посуда требует бережного обращения. Эмаль трескается при ударе, при резком изменении температуры, когда в кастрюлю с пригоревшей едой сразу же наливают холодную воду.

Кислоты и щелочи разрушают и растворяют эмаль. Вымытую эмалированную посуду не рекомендуется сушить на горячей плите. Посуду с поврежденной с внутренней стороны эмалью не следует использовать для приготовления пищи. На месте повреждения эмаль продолжает облупливаться, при малейшем ударе частицы ее могут попасть в еду и причинить вред здоровью.

Медная посуда. Сейчас эта посуда употребляется в

домашнем хозяйстве довольно редко. Медная посуда должна быть хорошо покрыта полудой, так как при соприкосновении меди с кислотами, содержащимися во фруктах или овощах, образуется сильно ядовитая окись меди. После употребления посуду моют водой с мылом. Для придания блеска ее протирают песком или порошком мела, смешанным с небольшим количеством растительного масла.

Железная и жестяная посуда. Новую железную посуду (противни, листы) необходимо тщательно очистить, промыть горячей водой, протереть и прогреть в духовке. После каждого употребления эту посуду моют, используя мелкий песок и мыло, и хорошо протирают. Хранить ее надо в сухом месте.

Жестяные противни и формы моют водой с добавлением питьевой соды. Чтобы удалить ржавчину с жестяной посуды, ее следует протереть зеленым помидором, разрезанным на две части, или разрезанным клубнем картофеля и песком. Для предохранения от ржавчины ее можно смазать жиром и подержать в духовом шкафу. Посуду из черной жести моют водой с добавлением питьевой соды и сушат на плите или протирают мягкой бумагой. Жирную посуду из черной жести чистят солью без добавления воды, используя мягкую тряпку.

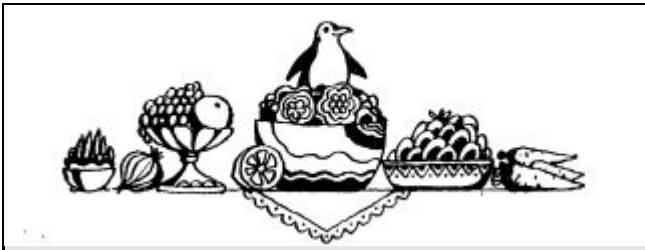
Глиняная посуда. Эта посуда хорошо моется мыльной водой. Глиняную посуду рекомендуется всегда держать открытой. Накрытая крышкой, она приобретает неприятный тяжелый запах.

Фаянсовая и фарфоровая посуда. Фаянсовую посуду нельзя мыть слишком горячей водой. От горячей воды и тепла покрывающая ее глазурь трескается. Эта посуда хорошо моется теплой водой с мылом. Фарфоровая посуда после продолжительного употребления темнеет. Для того чтобы вернуть ей белизну, ее протирают питьевой содой или солью и уксусом, либо кусочком ткани, смоченной скипидаром или винной кислотой. Пятна на фарфоровой посуде можно удалить, протерев ее теплой водой с добавлением небольшого количества нашатырного спирта, при этом вода не должна быть слишком горячей. Фарфоровые тарелки, не употребляемые часто, хорошо сохраняются, если переложить их белой бумагой.

Стеклянная посуда. Для придания блеска стеклянную посуду следует протереть солью, вымыть водой с мылом и ополоснуть холодной или теплой водой, либо вымыть водой, добавив в нее немного соли или уксуса, и хорошо ополоснуть чистой водой, чистую посуду поставить вверх дном на сложенное вдвое полотенце, чтобы стекла вода, затем вытереть чистым сухим полотенцем или мягкой льняной салфеткой.

Перед тем как наливать в стеклянную посуду горячую

жидкость (джем, повидло, варенье и др.), под нее необходимо подложить влажную салфетку.



ГЛАВА 2
ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА И ЗАКУСКИ

Холодные блюда и закуски предназначены главным образом для возбуждения аппетита. Поэтому многие из них готовят с большим количеством специй и приправ. Острые закуски, как правило, подают перед горячими блюдами, менее острые (например, овощные или фруктовые салаты) — перед завтраком и ужином. Холодные блюда и закуски украшают зеленью, листьями салата, цветками из редиса, моркови, лука или красиво нарезанными ломтиками огурца, лимона, сладкого перца, подают на фарфоровых и мельхиоровых блюдах, тарелках, в селедочницах и салатниках.

1. САЛАТЫ

Для салатов используют преимущественно овощи: сырые — зеленый салат, огурцы, помидоры, редиску, лук, сельдерей, морковь, белокочанную капусту; вареные — картофель, морковь, репу, цветную капусту, зеленый горошек, свеклу. Из фруктов для салатов чаще всего употребляются яблоки. Кроме них в салаты можно добавлять груши, апельсины, мандарины, сливы, различные ягоды.

Овощи и фрукты играют значительную роль в питании. Они являются источниками важнейших для здоровья человека витаминов, минеральных солей и микроэлементов. Витамин С содержится только в продуктах растительного происхождения. Практически он имеется во всех овощах и фруктах. Весьма полезны овощные салаты людям пожилого возраста, страдающим избыточным весом. Регулярное употребление овощных салатов способствует более полному усвоению продуктов животного происхождения.

Для приготовления салатов отбирают зрелые овощи и фрукты хорошего качества. Все овощи моют в холодной воде, варят с кожурой целыми. Овощи, используемые для салатов сырыми, моют, очищают от кожуры, срезая ее тонким слоем, так как под ней находятся ценные питательные вещества, затем споласкивают кипяченой водой, шинкуют, натирают на терке или нарезают кубиками, соломкой и т. д.

У моркови, петрушки, хрена, молодого картофеля кожуру соскабливают ножом.

Для сохранения полезных компонентов овощей и фруктов их хранят при низких температурах. Чтобы сохранить биологическую и питательную ценность овощей и фруктов, необходимо использовать рациональные способы их обработки и подготовки для приготовления салатов.

Картофель для салатов и винегретов варят в кожуре, очищают и, охладив, нарезают ломтиками или кубиками.

Белокочанную и краснокочанную капусту очищают от верхних увядших и загрязненных листьев, освобождают от кочерыжки, разрезают на части, шинкуют

Цветную капусту очищают от верхних зеленых листьев, опускают кочерыжкой вверх в сильно подсоленную воду на 30 мин, затем промывают водой, разбирают на соцветия и отваривают в слегка подсоленной воде. Цветную капусту можно отваривать на пару. При таком способе варки в ней лучше сохраняются питательные вещества.

Свеклу варят или запекают в духовом шкафу, очищают и нарезают ломтиками или кубиками.

Морковь варят целиком в кожуре, затем погружают в холодную воду, очищают и нарезают кубиками. Если морковь используется в сыром виде, ее промывают, очищают и натирают на терке" либо нарезают кубиками или тонкой соломкой

Помидоры для салатов отбирают спелые, крепкие, промывают в холодной воде, нарезают дольками, кружочками, цветочками либо подают целыми. Если надо приготовить помидоры без кожуры, их на 1 мин опускают в кипящую воду, затем в холодную, после чего очищают

Огурцы свежие моют, очищают от кожуры и нарезают кружочками, соломкой или кубиками. У молодых и парниковых огурцов кожуру можно не срезать

Огурцы соленые и маринованные нарезают так же, как свежие. Толстую кожицу с огурцов срезают, крупные зерна удаляют.

Черную редьку тщательно моют, очищают от кожицы, натирают на терке. Горький вкус черной редьки смягчается, если салат заправить сметаной. Чтобы редька была более сочной, ее рекомендуется опустить в холодную воду.

Лук репчатый и зеленый используют для многих салатов. Репчатый лук освобождают от корешка и завязи, очищают и шинкуют или нарезают круглыми ломтиками, которые разбирают на кольца. Наиболее хорош для салатов крупный сладкий лук. Репчатый лук будет нежнее, если его обдать кипятком. Зеленый лук очищают, промывают холодной водой, нарезают кусочками. Лук-порей нарезают кубиками или колечками.

Чеснок придает особую пикантность салатам. Его разбирают на дольки, очищают от сухой кожицы и нарезают кусочками, натирают на мелкой терке или растирают в ступке. Добавлять чеснок в салат рекомендуется перед подачей блюда.

Зеленый салат промывают в холодной воде. Чем холоднее вода, тем лучше и крепче становятся листья салата. Промытый салат откидывают на решето, чтобы стекла вода. Перед приготовлением салат просушивают с помощью салфетки.

Сельдерей, петрушку, укроп и кинзу лучше использовать в свежем виде. Зелень этих овощей очищают от корешков, тщательно промывают и мелко нарезают. Она является хорошим украшением салата. Корень сельдерея промывают с помощью щетки, очищают от кожицы, нарезают кубиками и отваривают в небольшом количестве воды в течение 15 мин. Корень, используемый в сыром виде, натирают на терке или мелко нарезают и сбрызгивают раствором лимонной кислоты или

кислым фруктовым соком.

Перец болгарский сладкий (паприка) используется для салатов как зрелый — красный, так и недозревший — зеленый, желтый. Перец моют, очищают от плодоножки и семян, нарезают соломкой, квадратиками или кольцами.

Яблоки моют, очищают от кожицы, освобождают от сердцевины и натирают на терке или нарезают ломтиками, соломкой либо кубиками

Овощи консервированные (горошек, фасоль, цветная капуста, морковь, свекла, помидоры, огурцы, патиссоны) очень удобны для приготовления салатов. Перед заправкой салата эти овощи следует откинуть на сито или дуршлаг и подсушить.

Кроме овощей и фруктов для салатов используют мясо, рыбу, яйца. **Мясо** для салатов (говядину, телятину, свинину, птицу) отваривают или жарят, **рыбу** — отваривают, припускают или готовят на пару. При обработке паром морской рыбы в жидкость добавляют соль, коренья, специи.

Заправляют салаты майонезом, сметаной, растительным маслом, уксусом, солью, перцем, сахаром, а также различными соусами, украшают теми же продуктами, из которых они приготовлены. Для украшения отбирают красивые и ровно нарезанные ломтики яблок, огурцов, моркови, помидоров, используют дольки яиц, листики зеленого салата, зелень сельдерея, петрушки и укропа, а также различные ягоды.

Салаты можно готовить круглый год. Они являются хорошим украшением праздничного стола.

Салат смешанный

500 г сырой моркови, 200 г яблок, 200 г сырого сельдерея, 50 г фруктового сиропа, 50 г растительного масла

Морковь, яблоки и сельдерей нашинковать и перемешать, добавить фруктовый сироп, растительное масло и еще раз перемешать. Пряности не добавлять.

Салат из моркови и сельдерея

400 г сырой моркови, 300 г сырого сельдерея, 150 г яблок, 150 г маринада, приготовленного по первому способу (см. гл. 5, «Соусы»), перец черный молотый

Морковь, сельдерей и яблоки нашинковать, смешать с

маринадом, приправить перцем.

Салат школьный

500 г сырой моркови, 100 г яблок, 20 г сахара, 100 г сметаны, 1 чайная ложка сока лимона, соль.

Морковь нарезать соломкой, яблоки — кубиками, все перемешать, добавить сахар, сок лимона, соль, заправить сметаной.

Салат «Здоровье»

2 сырые моркови, 2 свежих огурца, 2 яблока, 2 помидора, 100 г зеленого салата, 100 г сметаны, четверть лимона, соль, зелень петрушки.

Огурцы, морковь, яблоки нарезать тонкой соломкой, часть зеленого салата нарезать полосками, все перемешать, посолить, добавить сок лимона, зелень петрушки, заправить сметаной. В салатник красиво уложить листья зеленого салата, на них выложить подготовленный салат, украсить его зеленью петрушки и ломтиками помидора.

Салат из моркови, кураги и лимона

400 г сырой моркови, 100 г кураги, 1 небольшой лимон, 100 г сметаны, соль, сахар (по вкусу), зелень петрушки.

Морковь натереть на крупной терке, курагу нарезать, из лимона удалить семечки и нарезать его мелкими кусочками вместе с цедрой, все перемешать, добавить соль, сахар, заправить сметаной, посыпать зеленью петрушки.

Салат из моркови с чесноком

400 г сырой моркови, 4 дольки чеснока, 100 г майонеза, 100 г ядер грецких орехов, соль, сахар (по вкусу).

Натертую на крупной терке морковь смешать с толченым чесноком и измельченными грецкими орехами, заправить солью, сахаром и майонезом.

Морковный салат с майонезом

350 г вареной моркови, 150 г соленых огурцов, 200 г вареного сельдерея, 300 г майонеза.

Морковь и огурцы нарезать кубиками, сельдерей — мелкими кусочками, все перемешать, заправить майонезом. Пряности не добавлять.

Овощной салат по-французски

250 г вареной моркови, 150 г вареного сельдерея, 100 г консервированного зеленого горошка, 100 в соленых огурцов, 100 г репчатого лука, 100 г яблок, 300 г майонеза, соль.

Морковь, сельдерей, огурцы, яблоки нарезать кубиками, репчатый лук нашинковать, все смешать с зеленым горошком, посолить, заправить майонезом.

Салат из редьки

500 г редьки, 1–2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка сока лимона, соль, перец черный молотый, зелень петрушки.

Редьку натереть на крупной терке, заправить растительным маслом, соком лимона, посолить, поперчить, посыпать зеленью петрушки.

Салат из редьки со сметаной

400 г редьки, 1–2 головки репчатого лука, 150 г сметаны, соль.

Редьку натереть на крупной терке, смешать с мелко нарубленным луком, посолить, заправить сметаной. К салату подать ржаной хлеб со сливочным маслом.

Салат из редьки с простоквашей

800 г редьки, 200 г простокваши, соль, перец черный молотый, зелень петрушки.

Редьку очистить, промыть, натереть на крупной терке, посолить, поперчить, заправить простоквашей, посыпать зеленью петрушки или зеленым луком.

Салат из редиса и огурцов

200 г редиса, 200 г огурцов, 100 г зеленого лука, 150 г сметаны, 1 чайная ложка сока лимона, соль.

Редис и огурцы нарезать кружочками, смешать с мелко нарезанным зеленым луком, добавить сок лимона, посолить, заправить сметаной, украсить цветком из редиса.

Салат из редиса с майонезом

300 г редиса, 1 сваренное вкрутую яйцо, 150 г майонеза, 100 г зеленого лука, соль.

Редис нарезать кружочками, яйцо порубить, лук мелко нарезать, все перемешать, посолить, заправить майонезом, украсить цветками из редиса и зеленого лука.

Салат из редиса со сметаной

300 г редиса, 150 г сметаны, соль, зелень укропа.

Редис нарезать кружочками, посолить, смешать с мелко нарезанным укропом, заправить сметаной, украсить цветками из редиса и зеленью укропа.

Салат из овощей по-вюрцбургски

200 г кочанного салата, 200 г редиса, 200 г помидоров, 150 г свежих огурцов, 250 г майонеза.

Листья салата тщательно промыть и нарезать, редис, помидоры, огурцы нарезать ломтиками, все перемешать, заправить майонезом. Пряности не добавлять.

Салат по-андалузски

400 г кочанного салата, 300 г апельсинных долек, 200 г сметаны, 100 г очищенных орехов.

Листья салата промыть, обсушить с помощью салфетки, нарезать, апельсинные дольки разрезать пополам, удалив из них семена, орехи измельчить, все перемешать, заправить сметаной. Пряности не добавлять.

Зеленый салат со сметаной

300 г зеленого салата, 1–2 сваренных вкрутую яйца, 100 г сметаны, 1 чайная ложка сока лимона, соль, зелень укропа и петрушки.

Листья салата нарезать полосками, яйца мелко порубить, все перемешать, добавить сок лимона, соль, салат заправить сметаной, посыпать зеленью укропа и петрушки.

Зеленый салат с редисом и огурцами

500 г зеленого салата, 200 г редиса, 200 г свежих огурцов, 100 г зеленого лука, 200 г сметаны, соль.

Нарезать листья салата и лук, огурцы и редис нарезать кружочками, все перемешать, посолить, заправить сметаной, посыпать зеленым луком.

Зеленый салат с майонезом

500 г зеленого салата, 100 г зеленого лука, 150 г майонеза, соль.

Салат нарезать полосками, лук мелко нашинковать, все перемешать, посолить, заправить майонезом.

Овощной салат по-сицилийски

200 г помидоров, 200 г яблок, 200 г вареного сельдерея, 200 г отварной молодой кольраби, 200 г маринада, приготовленного по первому способу (см. гл. 5, «Соусы»), соль, перец черный молотый.

Помидоры, яблоки, сельдерей и кольраби нарезать кусочками, заправить маринадом, солью и перцем.

Оформление помидоров для салатов.

Салат «Монте-Карло»

400 г красных помидоров, 400 г апельсинных долек, 200 г сладких сливок.

Зрелые помидоры разрезать на четыре части, апельсинные дольки разрезать пополам, удалив из них семена, все перемешать, залить сливками. Пряности не добавлять.

Салат из помидоров

400 г помидоров, 100 г зеленого лука, маринад, приготовленный по первому способу (см, гл. 5, «Соусы»).

Помидоры нарезать тонкими ломтиками, посыпать мелко нарезанным зеленым луком, заправить маринадом.

Салат из помидоров и огурцов

200 г помидоров, 200 г свежих огурцов, 100 г зеленого лука, зелень укропа, маринад, приготовленный по первому способу (см. гл. 5, «Соусы»).

Помидоры и огурцы нарезать кружочками, смешать с мелко нарезанным зеленым луком и укропом, заправить маринадом.

Салат из помидоров, огурцов и яблок

150 г помидоров, 150 г свежих огурцов, 100 г яблок, 100 г сметаны, листья зеленого салата, зелень укропа и петрушки, соль, сахар (по вкусу).

Помидоры и огурцы нарезать ломтиками, яблоки — кубиками, укроп и петрушку — измельчить. Подготовленные овощи смешать со сметаной, солью и сахаром и выложить в салатник, красиво выстланный листьями зеленого салата. Готовый салат посыпать зеленью укропа.

Салат из помидоров и яиц

200 г помидоров, 2–3 сваренных вкрутую яйца, маринад, приготовленный по первому способу (см. гл. 5, «Соусы»), зелень петрушки.

Помидоры и яйца нарезать кружочками, заправить маринадом, посыпать мелко рубленной зеленью петрушки.

Салат из помидоров с яйцом и майонезом

950 г помидоров, 2 сваренных вкрутую яйца, 100 г репчатого лука, 100 г вареного сельдерея, 300 г майонеза, соль, перец черный молотый.

Помидоры и яйца разрезать на четыре части, лук и сельдерей нашинковать, все смешать с майонезом, добавив соль и перец.

Помидоры, фаршированные мясным салатом

1 кг помидоров, 100 г мяса, 100 г отварного картофеля, 100 г свежих огурцов, 1 сваренное вкрутую яйцо, 2 столовые ложки майонеза, 10 г соуса «Южный», соль, перец черный молотый, листья зеленого салата.

У спелых помидоров срезать со стороны плодоножки примерно одну четвертую часть, извлечь содержимое, в образовавшееся углубление слегка посыпать соли и перца. Картофель, мясо, яйцо мелко нарезать, огурцы нарезать мелкими кубиками, все перемешать, заправить соусом «Южный» и майонезом. Полученной массой заполнить подготовленные помидоры, выложить их на блюдо, красиво выстланное листьями

салата. Помидоры можно фаршировать салатом из рыбы, рублеными крутыми яйцами с сельдью, а также различными начинками на основе сырного или селедочного масла.

Помидоры, фаршированные грибным салатом

1 кг помидоров, 100 г грибов, 100 г репчатого или зеленого лука, 50 г сметаны, соль, перец черный молотый, листья зеленого салата.

Помидоры подготовить, как указано в предыдущем рецепте. Соленые или маринованные грибы мелко нашинковать, смешать с рубленым луком, поперчить, заправить сметаной. Фаршированные помидоры выложить на блюдо, выстланное листьями салата.

Салат из свежих огурцов с медом

400 г огурцов, 60 г меда.

Огурцы очистить, нарезать тонкими кружочками, полить медом

Салат из зеленого лука со сметаной

800 г зеленого лука, 200 г сметаны, соль, перец черный молотый.

Вымытый лук обсушить с помощью салфетки, измельчить, залить сметаной, посолить и поперчить.

Салат из зеленого лука с яйцом

300 г зеленого лука, 3 сваренных вкрутую яйца, 1 чайная ложка сока лимона, 1 столовая ложка растительного масла, соль.

Лук мелко нарезать, яйца порубить, все перемешать, посолить, добавить сок лимона, заправить растительным маслом.

Салат из лука-порея, сельдерея и моркови

500 г лука-порея, 200 г сырого сельдерея, 200 г сырой моркови, 100 г растительного масла, соль, перец

черный молотый.

Лук-порей нарезать колечками, сельдерей и морковь нашинковать, все перемешать, заправить растительным маслом, солью и перцем.

Салат из сладкого перца с помидорами

250 г сладкого перца, 300 г помидоров, 2 головки репчатого лука, 3 столовые ложки растительного масла, 2 дольки чеснока, соль, 1 чайная ложка сока лимона, зелень петрушки.

Перец запечь в духовке до получения красивого коричневого цвета, очистить от кожицы, нарезать в виде лапши, смешать с ломтиками помидоров, нарезанным кольцами луком, толченым чесноком, посолить, заправить соком лимона и растительным маслом, посыпать зеленью петрушки.

Салат из перца с помидорами и майонезом

500 г сладкого перца, 150 г помидоров, 1 сваренное вкрутую яйцо, 100 г майонеза, 2 столовые ложки кефира, 100–150 г зеленого лука, соль, зелень петрушки.

Перец и зеленый лук нарезать в виде тонкой соломки, смешать с рублеными яйцами и ломтиками помидоров, посолить, заправить смесью майонеза с кефиром, посыпать зеленью петрушки.

Салат из перца, чеснока и орехов

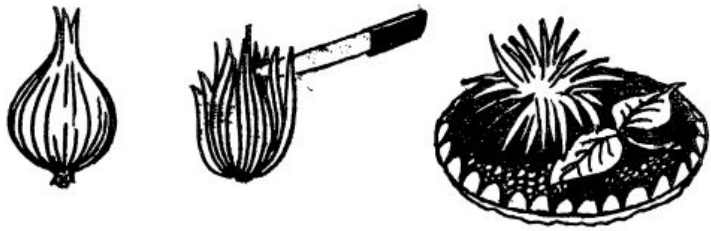
500 г сладкого перца, 5 долек чеснока, 200 г ядер грецких орехов, 150 г сметаны, 1 чайная ложка сока лимона, сахар (по вкусу), соль, перец черный молотый, зелень петрушки.

Перец испечь, очистить от кожицы, нарезать в виде лапши; чеснок и орехи растолочь, смешать с сахаром, солью, черным молотым перцем, соком лимона и сметаной; перец заправить полученной массой, посыпать зеленью петрушки.

Салат из сладкого перца по-венгерски

350 г красного сладкого перца, 150 г помидоров, 100 г моркови, 100 г репчатого лука, 300 г майонеза, соль, перец черный молотый.

Перец промыть, очистить от семян и нарезать соломкой, помидоры разрезать на четыре части, морковь нарезать кубиками, лук нашинковать, все смешать с майонезом, приправив солью и молотым перцем.



Оформление репчатого лука для салатов.

Салат из красного сладкого перца с репчатым луком

800 в красного сладкого перца, 300 г помидоров, 200 г репчатого лука, 200 г маринада, приготовленного по первому способу (см. гл. 5, «Соусы»), перец черный молотый.

Перец очистить от семян, нарезать соломкой, помидоры разрезать на четыре части, лук нашинковать, все перемешать, заправить соусом, слегка поперчить.

Овощной салат по-гречески

200 г зеленого сладкого перца, 200 г помидоров, 150 г соленых огурцов, 2 сваренных вкрутую яйца, 50 г томата-пюре, 50 г горчицы, 200 г майонеза.

Очищенный от семян перец нарезать соломкой, огурцы — кубиками, помидоры и яйца разрезать на четыре части, все перемешать и залить майонезом, смешанным с горчицей и томатом-пюре.

Салат из овощей по-болгарски

300 г сладкого перца, 300 г помидоров, 100 г репчатого лука, 100 г сырой моркови, 200 г маринада, приготовленного по первому способу (см. гл. 5, «Соусы»), перец черный молотый.

Перец очистить от семян, нарезать соломкой, помидоры и лук мелко нарезать, морковь натереть на крупной терке, все перемешать, залить маринадом, приправить черным молотым перцем.

Салат из овощей по-испански

200 г сладкого перца, 200 г помидоров, 150 г свежих огурцов, 150 г репчатого лука, 100 г панировочных сухарей, 200 г сметаны, соль, перец черный молотый.

Из перца удалить семена, нарезать его соломкой, помидоры и огурцы нарезать ломтиками, лук нашинковать, сухари поджарить, все перемешать, посолить, поперчить, залить сметаной.

Витаминный салат из сырых овощей

200 г красного сладкого перца, 200 г молодой кольраби, 200 г помидоров, 100 г сельдерея, 100 г моркови, 200 г сгущенного молока.

Перец очистить от семян, нарезать соломкой, кольраби, сельдерей и морковь нашинковать, помидоры разрезать на четыре части, все смешать со сгущенным молоком. Пряности не добавлять.

Салат из красного и зеленого сладкого перца

700 г красного и зеленого сладкого перца, 100 г репчатого лука, 200 г маринада, приготовленного по первому способу (см. гл. 5, «Соусы»), перец черный молотый.

Перец промыть, очистить от семян, нарезать соломкой, лук нашинковать, все смешать с маринадом, поперчить.

Салат из зеленого сладкого перца и помидоров

300 г зеленого сладкого перца, 300 г помидоров, 3 сваренных вкрутую яйца, 200 г майонеза, соль.

Перец промыть, очистить от семян, нарезать соломкой, помидоры и яйца разрезать на четыре части, все перемешать, посолить, заправить майонезом.

Салат картофельный с луком

500 г картофеля, 100 г репчатого лука, 150 г майонеза, соль, перец черный молотый.

Картофель отварить, нарезать кубиками, лук мелко порубить, все перемешать, посолить, поперчить, заправить майонезом.

Салат картофельный со свежими огурцами

300 г картофеля, 100 г огурцов, 100 г помидоров, 150 г сметаны, 100 г зеленого лука, листья зеленого салата, соль, зелень укропа.Картофель очистить, отварить, нарезать кубиками, огурцы и помидоры нарезать ломтиками, все смешать с мелко нарезанным зеленым луком, посолить, заправить сметаной.

Салат выложить на блюдо, красиво выстланное листьями зеленого салата, посыпать зеленью укропа и украсить цветком из помидора и огуречной стружки.

Салат из картофеля, огурцов и моркови

200 г отварного картофеля, 100 г соленых огурцов, 100 г свежих огурцов, 200 г вареной моркови, 100 г зеленого горошка, 100 г кисло-сладких яблок, 150 г майонеза.

Картофель, огурцы, морковь нарезать кубиками, яблоки — дольками, все перемешать, заправить майонезом, украсить цветком из моркови.

Салат из картофеля с рыбой

400 г отварного картофеля, 200 г отварной или жареной рыбы, 1 помидор, 50 г зеленого лука, 100 г майонеза, 100 г сметаны, зелень укропа.

Картофель нарезать кубиками, рыбу отварить в небольшом количестве воды со специями или обжарить в растительном масле, разделить на кусочки, лук мелко нарезать, все перемешать, заправить майонезом, смешанным со сметаной, посыпать зеленью укропа, украсить цветком из помидора.

Салат из картофеля и свежей капусты

400 г свежеотваренного картофеля, 100 г свежей капусты, 100 г свежих огурцов, 1 сваренное вкрутую яйцо, 200 г сметаны, соль, зелень петрушки или укропа.

Картофель и огурцы нарезать кубиками, капусту нашинковать тонкой соломкой, яйцо мелко порубить, все перемешать, посолить, заправить сметаной, посыпать мелко нарубленной зеленью петрушки или укропа.

Салат русский

300 г отварного картофеля, 100 г вареной моркови, 200 г зеленого горошка, 100 г свежих грибов, 100 г соленых огурцов, 200 г ветчины или вареной колбасы, 1 яблоко, 1 корень сельдерея, 100 г майонеза, соль.

Картофель, морковь, огурцы, ветчину, яблоко и сельдерей нарезать кубиками, грибы отварить, мелко порубить, все смешать с зеленым горошком, посолить, заправить майонезом, украсить цветком из моркови.

Салат «Вальдорф»

5 небольших, сваренных в мундире, картофелин, 3 кислых яблока, по горсти ядер грецких и лесных орехов, стакан майонеза, сок одного лимона, сахар (по вкусу), соль, перец черный молотый, листья зеленого салата.

Картофель и яблоки очистить, нарезать кубиками, сдобрить соком лимона, подсластить, посолить, поперчить, заправить майонезом, смешанным с дроблеными орехами. Готовый салат украсить половинками грецких орехов и листьями зеленого салата.

Салат из свеклы с яблоками

250 г вареной свеклы, 2 яблока, сок половины лимона, 1 чайная ложка сахара, 2 столовые ложки растительного масла, соль, зелень петрушки или укропа.

Свеклу и яблоки нашинковать на крупной терке, перемешать, добавив сок лимона, сахар, соль, заправить растительным маслом, украсить зеленью петрушки или укропа.

Салат из свеклы с орехами

4 вареные свеклы, 4 яблока, 16 грецких орехов, 4 столовые ложки майонеза, 4 столовые ложки сметаны, сахар (по вкусу), соль, зелень петрушки или укропа.

Свеклу и яблоки натереть на крупной терке, смешать с измельченными ядрами грецких орехов, посолить, заправить майонезом, смешанным со сметаной и сахаром, украсить зеленью петрушки или укропа.

Салат из свеклы с чесноком

2 вареные свеклы средней величины, 3–4 дольки чеснока, 1 яблоко (или сок половины лимона), 100 г майонеза, сахар (по вкусу), соль.

Свеклу и яблоко натереть на крупной терке, смешать с мелко нарубленным чесноком, добавив сахар и соль, заправить майонезом.

Салат из свеклы с черносливом

2 вареные свеклы средней величины, 200 г чернослива, сок половины лимона, 100 г майонеза, 100 г сметаны, 1 чайная ложка сахара, соль.

Свеклу натереть на крупной терке, чернослив (предварительно промытый и замоченный, очищенный от косточек) нарезать кусочками, все перемешать, сбрызнуть соком лимона, посолить, заправить майонезом, смешанным со сметаной и сахаром.

Салат из красной свеклы

800 г вареной красной свеклы, 200 г маринада,

приготовленного по первому способу (см. гл. 5, «Соусы»), соль, перец черный молотый.

Нарезанную кубиками свеклу посолить, поперчить, заправить маринадом.

Салат из баклажанов с луком и зеленым горошком

300 г баклажанов, 2 головки репчатого лука, 100 г зеленого горошка, 2 яйца, 1 яблоко, 100 г майонеза, 200 г сметаны, 2 дольки чеснока, 1 чайная ложка горчицы, 1 помидор, 1 столовая ложка растительного масла, 1 чайная ложка сока лимона, соль, сахар (по вкусу), зелень укропа.

Баклажаны очистить, нарезать ломтиками, потушить в растительном масле с мелко нарезанным луком, охладить, смешать с зеленым горошком, нарезанными кубиками яйцами и яблоком, добавив сок лимона, соль, сахар, залить соусом из майонеза, сметаны, горчицы и толченого чеснока; салат украсить цветком из помидора и зеленью укропа.

Салат из баклажанов

500 г баклажанов, 150 г сладкого перца, 3 помидора, 1–2 головки репчатого лука, 2–3 столовые ложки растительного масла, соль, зелень укропа и петрушки.

Баклажаны испечь, охладить, очистить от кожицы, нарезать кубиками; перец очистить от плодоножки и семян, нарезать тонкой соломкой; помидоры нарезать ломтиками, лук — кольцами; все перемешать, посолить, заправить растительным маслом, посыпать зеленью укропа и петрушки.

Салат из тыквы

300 г тыквы, 100 г сахара, 1/2 стакана уксуса, 1/2 стакана воды, корица, гвоздика.

Тыкву нарезать кубиками и отварить в маринаде, приготовленном из воды, уксуса, сахара, корицы и гвоздики. Готовая тыква должна быть прозрачной. Тыкву подают холодной к мясным и рыбным блюдам.

Овощной салат «Казанова»

800 г зеленого сельдерея, 250 г твердого сыра, 2 сваренных вкрутую яйца, 100 г репчатого лука, 200 г маринада, приготовленного по первому способу (см. гл. 5, «Соусы»), перец черный молотый.

Зелень сельдерея промыть, нарезать, сыр нарезать кубиками, яйца разрезать на четыре части, лук нашинковать, все перемешать, поперчить, заправить маринадом.

Салат из сельдерея с фруктами

300 г зеленого сельдерея, 300 г яблок, 200 г апельсинных долек, 200 г сметаны.

Сельдерей и яблоки нашинковать, апельсинные дольки разрезать пополам, удалив из них семена, все перемешать, приправить сметаной. Пряности не добавлять.

Овощной салат по-чешски

200 г вареного сельдерея, 200 г вареной красной свеклы, 3 сваренных вкрутую яйца, 100 г вареных белых грибов, 100 г репчатого лука, 200 г маринада, приготовленного по первому способу (см. гл. 5, «Соусы»), соль.

Сельдерей и свеклу нарезать кубиками, яйца — разрезать на четыре части, лук нашинковать, все перемешать, посолить, заправить маринадом.

Салат из сельдерея и красной свеклы по-берлински

300 г вареного сельдерея, 200 г вареной красной свеклы, 200 г соленых огурцов, 300 г майонеза.

Сельдерей, свеклу, огурцы нарезать кубиками, смешать с майонезом.

Салат из фасоли с майонезом

550 г консервированной стручковой фасоли, 150 г репчатого лука, 300 г майонеза, соль, перец черный

молотый.

Фасоль и лук мелко нарезать, смешать с майонезом, заправить солью и перцем.

Салат из фасоли и риса

350 г консервированной стручковой фасоли, 350 г отварного рассыпчатого риса, 100 г томата-пюре, 200 г маринада, приготовленного по первому способу (см. гл. 5, «Соусы»).

Фасоль, рис, томат-пюре перемешать, заправить маринадом.

Салат из шампиньонов

500 г вареных шампиньонов, 300 г вареного окорока, 200 г белого вина, соль.

Шампиньоны нарезать ломтиками, окорок — кубиками, все перемешать, посолить, залить вином.

Салат из грибов

800 г вареных свежих грибов (лисичек, шампиньонов или белых), 200 г маринада, приготовленного по первому способу (см. гл. 5, «Соусы»), соль, перец черный молотый, зелень петрушки или укропа.

Нарезанные грибы смешать с маринадом, посолить, поперчить, приправить зеленью.

Салат из белых грибов

700 г вареных белых грибов, 50 г репчатого лука, 250 г майонеза, соль, перец черный молотый, зелень петрушки.

Грибы нарезать кусочками, лук нашинковать, все смешать с майонезом, добавив соль, перец и зелень петрушки.

Салат из грибов и помидоров по-португальски

300 г вареных свежих грибов, 300 г помидоров, 200 г

картофеля, сваренного в мундире, 200 г маринада, приготовленного по первому способу (см. гл. 5, «Соусы»), зеленый лук, соль.

Грибы нарезать кусочками, картофель — кубиками, помидоры разрезать на четыре части, все перемешать, посолить, заправить маринадом, добавить немного мелко нашинкованного лука.

Салат из сырой белокочанной и краснокочанной капусты

800 г капусты, 200 г маринада, приготовленного по первому способу (см. гл. 5, «Соусы»), соль, перец черный молотый.

Капусту нашинковать, перетереть с солью до появления сока, заправить маринадом, поперчить.

Салат из белокочанной капусты с майонезом

600 г белокочанной капусты, 100 г репчатого лука, 300 г майонеза, соль, перец черный молотый.

Капусту нашинковать, перетереть с солью до появления сока, перемешать с нашинкованным луком, майонезом, поперчить.

Салат из белокочанной капусты, сельдерея и моркови

400 г белокочанной капусты, 200 г сырого сельдерея, 200 г сырой моркови, 100 г яблок, 100 г растительного масла, соль, перец черный молотый.

Все овощи нашинковать, перемешать с маслом, приправить солью и перцем.

Овощной салат по-швейцарски

200 г краснокочанной капусты, 300 г вареного сельдерея, 800 г картофеля, сваренного в мундире, 200 г маринада, приготовленного по второму способу (см. гл. 5, «Соусы»), соль, перец черный молотый.

Капусту мелко нашинковать, сельдерей нарезать кусочками,

очищенный картофель — кубиками, все перемешать, заправить маринадом, посолить, поперчить.

Салат из краснокочанной капусты

500 г капусты, 150 г сметаны, 1 столовая ложка хрена, 1 столовая ложка сока лимона, соль, сахар (по вкусу), перец черный молотый.

Капусту нашинковать тонкой соломкой, опустить на 1–2 мин в кипящую воду, после чего откинуть на дуршлаг и обдать холодной кипяченой водой. Перемешать сметану, хрен, сок лимона, соль, сахар и перец и полученной массой заправить капусту. Салат подавать охлажденным.

Салат из цветной капусты со сливками

500 г цветной капусты, 150 г сливок, соль, зелень укропа.

Капусту промыть и опустить на 30 мин в хорошо подсоленную воду, после чего еще раз промыть в холодной воде; кочешки разобрать на соцветия и сварить в подсоленной воде (варить 15–20 мин), затем откинуть на дуршлаг, дать стечь воде; готовую капусту выложить в салатник, полить сливками и посыпать зеленью укропа.

Салат из цветной капусты с фруктами

100 г цветной капусты, один свежий огурец, 100 г помидоров, 100 г яблок, 100 г моркови, 50 г слив или винограда, 100 г сметаны, 1 чайная ложка сахарной пудры, 2 чайные ложки сока лимона, соль.

Цветную капусту промыть, опустить на 30 мин в соленую воду, после чего ополоснуть, отварить и откинуть на дуршлаг. Огурцы и яблоки нарезать кубиками, помидоры — кружочками, морковь — тонкой соломкой, сливы разделить на половинки, удалить косточки. Все овощи перемешать, уложить горкой в салатник, заправить сметаной, смешанной с сахарной пудрой, соком лимона и солью.

Салат из квашеной капусты

600 г квашеной капусты, 150 г моркови, 100 г яблок, 50 г растительного масла, 100 г простокваши, соль, перец черный молотый.

Капусту измельчить, морковь и яблоки крупно нашинковать, все перемешать, заправить маслом, простоквашей, посолить, поперчить.

Салат из квашеной капусты с солеными огурцами

600 г квашеной капусты, 150 г соленых огурцов, 150 г репчатого лука, 100 г растительного масла, соль, перец черный молотый.

Капусту измельчить, огурцы нарезать кубиками, лук нашинковать, все перемешать, заправить маслом, посолить, поперчить.

Салат из домашней птицы по-английски

600 г вареного мяса птицы, 200 г вареного сельдерея, 200 г сметаны, соль.

Мясо птицы и сельдерей нарезать мелкими кусочками, смешать со сметаной, посолить.

Салат из домашней птицы по-итальянски

300 г вареного мяса птицы, 200 г отварных макарон, 100 г вареного окорока, 100 г помидоров, 300 г майонеза, соль.

Мясо птицы, макароны, окорок нарезать кусочками, помидоры разрезать на четыре части, все смешать с майонезом, посолить.

Изысканный салат из домашней птицы

400 г вареного мяса птицы, 200 г вареных шампиньонов, 100 г огурцов в горчичной заливке, 100 г вареного сельдерея, 200 г белого вина.

Мясо, шампиньоны, огурцы, сельдерей нарезать мелкими кусочками, все перемешать; посолить, залить вином.

Салат из домашней птицы с фруктами

350 г вареного мяса птицы, 300 г апельсинных долек, 150 г консервированной белой черешни, 200 г майонеза.

Мясо нарезать кусочками, дольки апельсина разрезать пополам, удалив из них семена, черешню освободить от косточек, в майонез добавить сироп консервированной черешни, все перемешать.

Салат из домашней птицы по-московски

300 г вареного мяса птицы, 100 г вареного окорока, 1–2 сваренных вкрутую яйца, 100 г маринованных огурцов, 300 г майонеза, соль.

Мясо птицы нарезать мелкими кусочками, окорок — кубиками, яйца разрезать на четыре части, все перемешать, заправить майонезом, посолить.

Салат из домашней птицы со свежими огурцами

400 г вареного мяса птицы, 300 г огурцов, 300 г майонеза, соль.

Мясо птицы нарезать мелкими кусочками, огурцы — кружочками, все перемешать, заправить майонезом, посолить.

Салат из домашней птицы по-венгерски

300 г вареного мяса птицы, 200 г красного сладкого перца, 3 сваренных вкрутую яйца, 50 г клубники или малины, 300 г майонеза, соль.

Мясо птицы нарезать мелкими кусочками, перец очистить от семян, нарезать мелкой соломкой, яйца разрезать на четыре части, все смешать с майонезом, слегка посолить. Пряности не добавлять.

Салат с сыром деликатесный

400 г твердого сыра, 400 г зелени сельдерея, 200 г майонеза, 1 чайная ложка горчицы.

Сыр нарезать кубиками, сельдерей промыть, просушить, мелко нарезать и смешать с сыром, салат заправить майонезом, смешанным с горчицей.

Салат с сыром по-голландски

400 г твердого сыра, 400 г вареных шампиньонов, 200 г сметаны, соль, перец черный молотый.

Сыр нарезать кубиками, шампиньоны — кусочками, все смешать со сметаной, посолить и слегка поперчить.

Салат с сыром и яблоками

400 г твердого сыра, 200 г яблок, 200 г вареного сельдерея, 200 г майонеза.

Сыр и яблоки нарезать кубиками, сельдерей — кусочками, все перемешать и заправить майонезом. Пряности не добавлять

Салат с сыром и свежими огурцами

400 г твердого сыра, 200 г свежих огурцов, 200 г яблок, 200 г маринада, приготовленного по первому способу (см. гл. 5, «Соусы»), перец черный молотый.

Сыр нарезать кубиками, яблоки — дольками, огурцы — кружочками, все перемешать, заправить маринадом, поперчить.

Салат из плавленого сыра

300 г плавленного сыра, 3 сваренных вкрутую яйца, 1 головка чеснока, 3 столовые ложки майонеза, перец черный молотый, зелень петрушки или укропа.

Сыр натереть на крупной терке, яйца мелко порубить, чеснок — истолочь, все смешать, заправить майонезом, поперчить, украсить зеленью петрушки или укропа.

Салат из плавленого сыра и картофеля

200 г плавленого сыра, 200 г картофеля, сваренного в мундире, 200 г свежих огурцов (корнишонов, маринованных кабачков или патиссонов), 3 сваренных

вкрутую яйца, 150 г зеленого лука, 50 г зелени укропа и петрушки, 200 г майонеза, соль, перец черный молотый.

Картофель нарезать кубиками, огурцы — ломтиками, яйца разрезать на четыре части, лук, часть зелени петрушки и укропа мелко нарезать, все смешать, заправить майонезом, посолить, поперчить по вкусу, перед подачей украсить зеленью петрушки и укропа.

Салат из сыра и яблок

200 г сыра, 2 яблока, 1–2 чайные ложки горчицы, 100 г майонеза, сахар, соль, зеленый салат.

Сыр нарезать кубиками, яблоки — дольками, часть зеленого салата мелко нарезать, все перемешать; майонез смешать с горчицей, солью, сахаром и этой смесью заправить салат. Дно тарелки или салатника красиво выстлать листьями зеленого салата и на них выложить приготовленный салат.

Салат из сыра с чесноком и луком

200 г сыра, 3 сваренных вкрутую яйца, 100 г зеленого лука, 100 г майонеза, 1/2 головки чеснока, соль, перец черный молотый.

Сыр нарезать кубиками, яйца разрезать на четыре части, лук мелко нарезать, чеснок истолочь, все перемешать, заправить майонезом, посолить, поперчить, украсить дольками яйца, поставить на 30 мин в холодильник.

Салат с сыром «Рокфор»

200 г сыра «Рокфор», 400 г зеленого салата, 200 г сливок, 1 столовая ложка сока лимона, перец черный молотый.

Сыр раскрошить, смешать со сливками, лимонным соком и перцем, после чего растереть до однородной консистенции; часть зеленого салата мелко нарезать и хорошо перемешать с подготовленной сырной массой. Дно тарелки или салатника красиво выстлать листьями зеленого салата и на них выложить приготовленный салат.

Салат из брынзы с помидорами и перцем

200 г брынзы, 200 г помидоров, 200 г сладкого красного и зеленого перца, 100 г свежих огурцов, 100 г зелени сельдерея или петрушки, 2–3 дольки чеснока, 200 г сметаны.

Брынзу мелко раскрошить, помидоры нарезать кружочками, перец — кольцами, огурцы — кубиками, зелень — мелкими кусочками, чеснок истолочь, все перемешать, заправить сметаной.

Салат из творога и моркови

400 г творога, 2 моркови, 2 столовые ложки сахара, 4 столовые ложки сметаны, соль.

Морковь натереть на мелкой терке и тщательно растереть с творогом, сахаром, сметаной и солью. Салат можно использовать для бутербродов.

Салат из творога и редиса

200 г творога, 400 г редиса, 100 г молока, 1 столовая ложка растительного масла, соль, зелень петрушки или укропа.

Редис мелко нарезать, перемешать с творогом, молоком, растительным маслом и солью. Салат украсить зеленью петрушки или укропа. Вместо редиса можно использовать сладкий перец, помидоры, морковь, яблоки.

Салат из творога и картофеля

300 г творога, 400 г отварного картофеля, 2 сваренных вкрутую яйца, 1 головка репчатого лука, 100 г кефира или простокваши, 100 г сметаны, соль, перец черный молотый, зелень укропа.

Творог смешать с нарезанным ломтиками картофелем, мелко порубленными яйцами и луком, кефиром, сметаной, солью и перцем, салат украсить зеленью укропа.

Салат из творога с орехами и чесноком

300 г творога, 100 г ядер грецких орехов, 1–2 дольки чеснока, 50 г сливочного масла, соль, перец черный молотый, зелень петрушки.

Орехи истолочь, чеснок растереть с солью. Творог соединить с растопленным сливочным маслом, смешать с орехами, чесноком и перцем. Салат посыпать зеленью петрушки.

Салат из творога с орехами

300 г творога, 200 г ядер грецких орехов, 50 г сахара.

Творог с орехами пропустить через мясорубку, добавить сахар, все тщательно перемешать.

Салат из творога с фруктами

300 г творога, 150 г свежих или консервированных фруктов, 2 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки сахара.

Творог растереть со сметаной и сахаром, массе придать форму конуса, салат украсить фруктами.

Салат из яблок и мяса

350 г яблок, 300 г вареного постного мяса, 100 г свежих огурцов, 50 г килек, 200 г майонеза.

Яблоки очистить, нарезать кусочками, мясо и огурцы нарезать кубиками, кильки измельчить, все смешать с майонезом.

Салат «Астория»

200 г грейпфрутов, 200 г апельсинов, 300 г кочанного салата, 100 г ядер грецких орехов, 100 г оливкового (или подсолнечного) масла, 100 г сгущенного молока.

Листья кочанного салата промыть, просушить, нарезать; грейпфруты очистить, нарезать дольками; апельсины очистить, дольки разрезать пополам, удалить семена; ядра грецких орехов измельчить; все перемешать, заправить маслом и сгущенным молоком.

Салат из бананов со сливками

600 г бананов, 200 г сладких сливок, 200 г мандаринов.

Бананы и мандарины очистить, нарезать кусочками, смешать со сливками.

Фруктовый салат «Каролина»

400 г бананов, 200 г кочанного салата, 200 г яблок, 200 г маринада, приготовленного по второму способу (см, главу 5, «Соусы»).

Бананы очистить, нарезать толстыми ломтиками, яблоки очистить, удалить из них сердцевину, нарезать дольками, кочанный салат промыть, просушить, нарезать, все перемешать, заправить маринадом.

Фруктовый салат

200 г груш, 200 г яблок, 200 г зрелых слив, 200 г вареного сельдерея, 200 г майонеза.

Груши и яблоки очистить, нарезать мелкими кусочками, сливы разрезать пополам, удалить косточки, сельдерей мелко нарезать, все смешать, заправив майонезом

Фруктовый салат со сладким перцем.

250 г апельсинных долек, 200 г яблок, 200 г красного сладкого перца, 150 г ядер орехов, 200 г майонеза.

Апельсинные дольки нарезать пополам, удалить семена, яблоки очистить, нарезать кубиками, перец очистить от семян, нарезать соломкой, орехи измельчить, все смешать, заправить майонезом.

Фруктовый салат «Солнечный»

200 г абрикосов, 200 г слив, 200 г желтой черешни, 100 г смородины, 200 г майонеза, 100 г сгущенного молока.

Абрикосы, сливы и черешню освободить от косточек, нарезать кусочками, смешать со смородиной и заправить майонезом, смешанным со сгущенным молоком.

Салат из груш и яблок

200 г груш, 200 г яблок, 50 г сахара, 50 г сока смородины или малины, 100 г сливок.

Груши и яблоки очистить, удалить из них сердцевину, поварить в небольшом количестве воды с сахаром, охладить, нарезать кусочками, перемешать, добавив сахар, сок и сливки.

Оформление лимона для холодных закусок.

Салат из груш, вишни и слив

300 г груш, 100 г вишни, 100 г слив, 100 г сахара, 150 г сливок.

Груши очистить, удалить из них сердцевину, поварить в небольшом количестве воды с сахаром, охладить, нарезать кусочками, из вишни удалить косточки, сливы разрезать пополам, удалить косточки, все перемешать, добавив сахар и сливки.

Салат из яблок и слив

400 г яблок, 200 г слив, 2 сырых желтка, 50 г сахара,

100 г сметаны.

Яблоки очистить, нарезать дольками, сливы разрезать пополам, удалить косточки, все перемешать и залить желтками, взбитыми с сахаром и сметаной.

Салат «Праздничный»

300 г спелой желтой дыни, 300 г спелого арбуза, 1 гроздь черного винограда, 100 г ядер грецких орехов, 1 лимон, 100 г сахарной пудры, 100 г коньяка.

Дыню и арбуз нарезать кубиками, ядра грецких орехов измельчить, лимон нарезать вместе с цедрой, удалив семена, все перемешать, добавить ягоды черного винограда. Для того чтобы оформить салат, берут целый арбуз (или дыню) и вырезают из него вазу в виде корзины с ручкой. Мякоть удаляют и используют для приготовления салата. Готовый салат помещают в корзину из арбузной корки, посыпают сахарной пудрой, заправляют коньяком и ставят на 1 ч в холодильник.

Салат из персиков и груш

200 г персиков, 200 г груш, 1 лимон, 50 г сахарной пудры.

Персики и груши, освобожденные от сердцевины, нарезать кубиками, лимон вместе с цедрой нарезать мелкими кусочками, удалив семена, все перемешать, посыпать сахарной пудрой.

Салат из абрикосов

400 г абрикосов, 1 лимон, 100 г ядер грецких орехов, 50 г коньяка (или ликера), 50 г сахарной пудры.

Абрикосы разрезать пополам, удалить косточки, лимон вместе с цедрой нарезать мелкими кусочками, удалив семена, грецкий орех измельчить, все перемешать, заправить коньяком, посыпать сахарной пудрой, украсить половинками ядер грецких орехов, поставить на 1 ч в холодильник.

2. ВИНЕГРЕТЫ

Винегрет «Летний»

1-2 картофелины, 1–2 моркови, 1 свекла, 100 г цветной капусты, 50 г зеленого горошка, 1 сваренное вкрутую яйцо, зеленый салат, 100 г сметаны, сахар (по вкусу), соль, зелень укропа.

Картофель, морковь, свеклу отварить, охладить, нарезать кубиками, цветную капусту отварить, разобрать на мелкие соцветия, все перемешать, добавив горошек, сахар, мелко нарезанную зелень укропа, заправить сметаной, украсить цветком из яйца и листьями салата.

Винегрет с рыбой

250—300 г рыбы, 3 картофелины, 1 свекла, 1 морковь, 2 соленых огурца, 150 г майонеза, 40 г соуса «Южный», специи, соль.

Рыбу отварить со специями, охладить, нарезать ломтиками, картофель, свеклу, морковь отварить, охладить, нарезать кубиками, смешать с рыбой, посолить, заправить майонезом и соусом.

Винегрет с сельдью

1 сельдь, 2–3 картофелины, 1 свекла, 1 морковь, 2–3 соленых огурца, 1 сваренное вкрутую яйцо, 150 г майонеза, уксус (по вкусу), соль, листья зеленого салата.

Сельдь вымочить, отделить от костей и кожи, нарезать кусочками, картофель, свеклу и морковь отварить, охладить, нарезать кубиками, огурцы мелко нарезать, все перемешать, заправить майонезом и уксусом, посолить, украсить кусочками сельди, листьями зеленого салата и цветком из яйца.

Винегрет с кальмарами

3—4 кальмара, 3–4 картофелины, 1–2 моркови, 1 свекла, 1 соленый огурец, 2 головки репчатого лука, 9–4 столовые ложки растительного масла, соль, перец

черный молотый, зелень укропа.

Кальмары отварить, охладить, нарезать полосками поперек волокон, картофель, морковь, свеклу отварить, охладить, нарезать кубиками, огурец мелко нарезать, лук нашинковать, все перемешать, посолить, поперчить, заправить растительным маслом и посыпать зеленью укропа.

Оформление винегретов.

Винегрет с мидиями и грибами

100 г мидий, 50 г грибов, 2 стакана молока, 2–3 картофелины, 2–3 моркови, 1 свекла, 100 г квашеной капусты, 1–2 соленых огурца, 1–2 головки репчатого лука, уксус (по вкусу), 3–4 столовые ложки растительного масла, сахар (по вкусу), соль, перец черный молотый и горошком, лавровый лист, зелень петрушки или укропа.

Мидии отварить в течение 15–20 мин в молоке с перцем (3–5 горошин) и лавровым листом, охладить, нарезать ломтиками, грибы отварить и нарезать так же, как мидии, картофель, морковь и свеклу отварить, охладить, нарезать кубиками, так же нарезать огурец, лук нашинковать, все перемешать, заправить растительным маслом, смешанным с уксусом, сахаром, солью и черным молотым перцем, посыпать зеленью петрушки или укропа

Винегрет с мясом

100 г вареного мяса, 2 картофелины, 1–2 моркови, 1 свекла, 2 соленых огурца, 1 сваренное вкрутую яйцо, 150 г майонеза, соль, перец черный молотый, листья зеленого салата, зелень петрушки и укропа.

Мясо нарезать тонкими ломтиками, картофель, морковь и свеклу отварить, охладить, нарезать кубиками, так же нарезать огурец, яйцо мелко порубить, все перемешать, посолить, поперчить, заправить майонезом, посыпать зеленью петрушки или укропа, украсить листьями салата.

3. БУТЕРБРОДЫ И ДРУГИЕ ИЗДЕЛИЯ ИЗ ХЛЕБА

Хлеб — наш добрый и постоянный друг. Он остается полезным даже тогда, когда зачерствеет. Из черствого хлеба можно приготовить различные бутерброды, гренки и другие вкусные изделия. Бутерброды, приготовленные из черствого хлеба, лучше сохраняют форму.

Ни один стол не обходится без закусочных бутербродов. Для них используют всевозможные продукты: копченую салаку, кильку, сельдь, сыр, брынзу, плавленые сырки, различные пасты, паштеты, соусы, селедочное и сырное масло, рубленую сельдь, свежие овощи и зелень. Аппетитны бутерброды, приготовленные из обжаренных ломтиков хлеба, так называемые тосты, или гренки. Они очень популярны в некоторых европейских странах. Тосты — превосходная закуска.

Бутерброды могут иметь самую разнообразную форму: круглую, овальную, ромбическую, треугольную, квадратную. Для изготовления маленьких закусочных бутербродов — канапе — можно пользоваться формочками для вырезки печенья. Бутерброды подают на блюде, подносе или красивой доске. Все бутерброды, кроме канапе, берут руками или лопаточкой, канапе рекомендуется брать шпажкой.

Не следует пренебрегать отходами хлеба. Из них можно приготовить вкусные сухарики, панировочные сухари, хлебные отходы добавляют в котлеты, запеканки.

Бутерброды с сыром и килькой

Кусочки хлеба, сливочное масло, тертый сыр, филе кильки, томатный соус типа кетчупа.

Ломтики хлеба намазать маслом, посыпать тертым сыром, поверх сыра положить филе кильки, полить томатным соусом. Бутерброды запечь в духовке до образования слегка румяной корочки, подать горячими.

Бутерброды с куриным филе

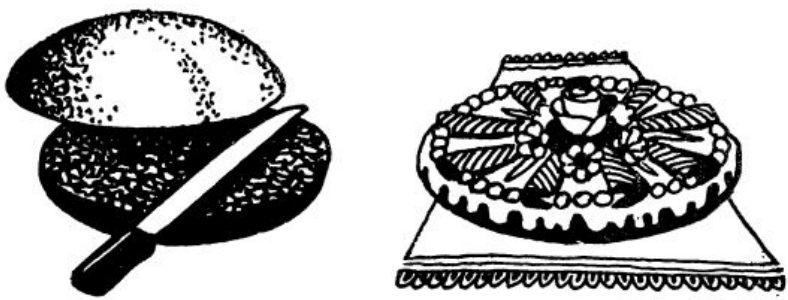
Ломтики хлеба, филе отварной курицы, сливочное масло, соль, майонез (1 чайная ложка на бутерброд).

Хлеб намазать тонким слоем масла, поверх масла положить ровным слоем рубленое филе отварной курицы, посолить, залить майонезом. Бутерброды запечь в духовке до образования румяной корочки, подать горячими к коктейлю, к прозрачным или пюреобразным супам, к чаю, кофе.

Бутербродный закусочный торт

Круглый хлеб, сливочное масло, сельдь, килька или копченая салака, листья зеленого салата, зеленый лук.

У хлеба срезать верхнюю часть, оставив ровный круг толщиной примерно 2–2,5 см, на поверхность которого нанести тонкий слой масла, поверх масла по секторам положить кусочки сельди (кильки или копченой салаки), листья салата, перо зеленого лука, центр украсить цветком из редиса, помидора или сваренного вкрутую яйца, по краю расположить дольки лимона, соленого или свежего огурца, моркови. При изготовлении такого торта можно использовать различные пасты, например крилевую, селедочное или сырное масло, паштеты, овощную или грибную икру. Набор продуктов можно изменять в зависимости от обстоятельств. Для этого надо лишь немного выдумки и фантазии.



Приготовление бутербродного закусочного торта.

Детский бутерброд «Башня»

Белый хлеб, сливочное масло, сыр, свежий огурец, сваренное вкрутую яйцо (отварная морковь или красный

помидор).

Взять четыре ломтика хлеба разного диаметра (самый большой 3–4 см). Большой ломтик намазать с одной стороны маслом и на него положить круглый кусочек сыра, остальные ломтики намазать маслом с двух сторон. На большой ломтик хлеба, поверх сыра, положить ломтик поменьше, на него — кружочек неочищенного свежего огурца, на огурец положить следующий ломтик хлеба с кружочком яйца, отварной моркови или помидора. Сверху помещается самый маленький ломтик, украшенный цветком из редиса или ягодой (земляникой, малиной, вишней). В результате образуется конус. Такие бутерброды ярки, красивы, они очень нравятся детям.

Детский бутерброд «Парус»

Батон, сливочное масло, сыр.

Ломтики батона, срезанные наискось, намазать маслом, ножом-пилой на слой масла нанести волнистый рисунок, на шпажке закрепить треугольный ломтик сыра — «парус».

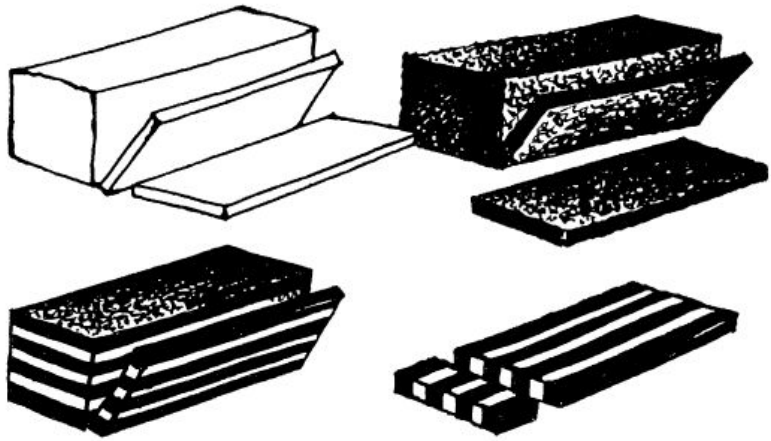
Детские бутерброды.

«Полосатые» бутерброды

Черный хлеб, сливочное масло, сыр

Ломтики хлеба намазать тонким слоем сливочного масла, покрыть кусочками сыра, соответствующими размерам хлебных

ломтиков, доложить друг на друга. На верхний слой на 15–20 мин положить небольшой груз, после чего изделие разрезать тонким острым ножом поперек, в сечении получится полосатость. Бутерброды сложить веером на блюдо, украсить листьями зеленого салата, зеленью петрушки или укропа, цветком из красного помидора, яйца или редиса.



Приготовление полосатых бутербродов.

Бутерброды с килькой

Хлеб, сливочное масло, сваренное вкрутую яйцо, килька, морковь, майонез.

На ломтики хлеба, намазанные тонким слоем сливочного масла, положить по кружочку яйца, на яйцо колечком уложить кильку, середину колечка украсить майонезом и кубиком отварной моркови. Бутерброды уложить на блюдо, украшенное зеленью, цветком из репчатого лука, редиса, яблока или яйца.

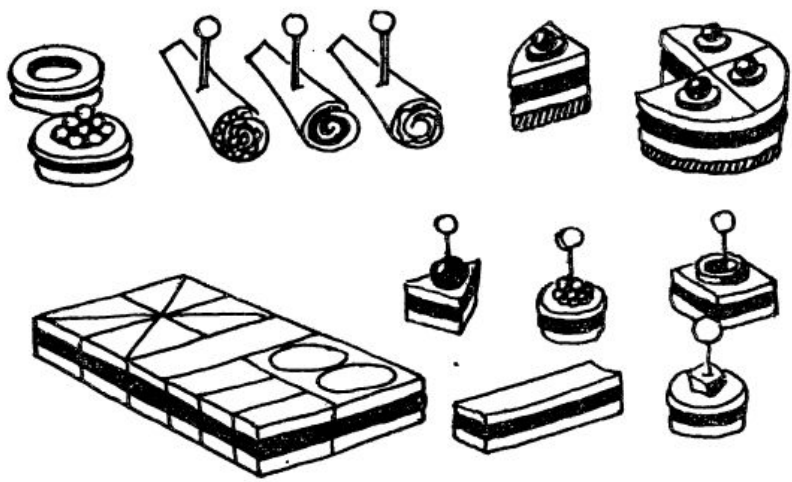
Гренки

Гренки, или тосты, — разнообразные изделия, приготовленные из ломтиков черствого хлеба. Ломтики хлеба смазывают маслом и обжаривают или запекают на сковороде, противне или в специальных устройствах — тостерах. Гренки подают в горячем виде с яйцом, сыром, грибами, овощами и другими продуктами. Их можно приготовить к чаю, кофе,

праздничному столу. Блюдо, на котором подают гренки, украшают овощами или зеленью.

Закусочные бутерброды

Очень удобны маленькие пикантные бутерброды (3Х3 см) — канапе, особенно в тех случаях, когда надо принять гостей, приходящих в разное время. Канапе можно приготовить из любых имеющихся в доме продуктов: масла, сваренных вкрутую яиц, колбасы, сыра, брынзы, плавленых сырков, сельди, кильки, овощей, различных паст, паштетов, маслин и др. Хлеб для канапе нарезают острым ножом на квадратики, ромбики, кружочки, треугольники. Красивую форму бутербродам можно придать выемками для печенья. Лучше сохраняют свою форму канапе из черствого хлеба.



Оформление канапе.

Батон, фаршированный грибами

Батон, 100 г грибов, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 головка репчатого лука, соль, перец черный молотый, зелень петрушки или укропа.

Из черствого батона вынуть мякиш так, чтобы не повредить корочку. Свежие грибы перебрать, очистить, промыть, мелко

нарезать, стушить с маслом и луком, охладить, пропустить через мясорубку с мелкой решеткой, добавив соль, перец, зелень. Вместо свежих можно использовать соленые грибы. В этом случае грибы обжаривают в растительном масле, смешивают с пассерованным луком, заправляют перцем и зеленью. Освобожденный от мякиша батон начиняют подготовленным фаршем, сильно его уминая, и запекают в духовке. Батон можно подать как горячим, так и холодным, нарезав красивыми ломтиками.

ГЛАВА 3
СУПЫ

Супы играют важную роль в питании человека, они способствуют образованию пищеварительных соков, улучшают аппетит. Супы готовят на различных бульонах (мясном, рыбном, грибном), на отварах (овощном, фруктовом, ягодном), а также на молоке, простокваше и хлебном квасе. По сравнению со вторыми блюдами супы менее калорийны, они не богаты витаминами, поэтому в них целесообразно добавлять различные коренья (морковь, лук репчатый, лук-порей, петрушку, сельдерей, зеленый лук и чеснок). Приятный вкус и аромат придают супам свежая мелко рубленная зелень укропа, петрушки, сельдерея, а также пряности (черный и душистый перец, лавровый лист и др.)

Супы подразделяются на заправочные, прозрачные, пюреобразные, холодные и сладкие. Заправочные супы весьма разнообразны — это щи, борщи, рассольники, солянки, похлебки, супы с грибами, картофелем, бобовыми, крупами. Заправочными они называются потому, что в конце приготовлепия их заправляют сметаной, томатом-пюре, обжаренными (пассерованными) мукой и луком, а также пряностями. Прозрачные супы представляют собой концентрированные крепкие бульоны из мяса, дичи, птицы и рыбы. Такие супы содержат большое количество экстрактивных веществ, вследствие чего они являются возбудителями аппетита. Супы, приготовленные из протертых гомогенизированных продуктов, называют пюреобразными. В отличие от заправочных супов они более легкие, их часто используют для детского и лечебного питания.

1. ЗАПРАВОЧНЫЕ СУПЫ

Заправочные супы готовят на мясных, мясо-костных, рыбных, грибных бульонах, а также на овощных и крупяных отварах. На мясном и мясо-костном бульонах обычно варят супы с овощами, грибами, крупами, бобовыми и макаронными изделиями. На рыбном бульоне можно приготовить уху, а также овощные супы. Для щей овощи рекомендуется нарезать кубиками, для борщей — соломкой или дольками.

Свежую капусту, картофель, бобовые, макаронные изделия и крупы (за исключением перловых) вводят в кипящий бульон в сыром виде, перловые крупы вводят предварительно отваренными, свеклу и квашеную капусту — тушеными.

Если в суп прибавляют соленые огурцы, щавель или томат, то картофель следует положить в бульон на 10 минут раньше, чем остальные овощи, в противном случае картофель плохо разварится и приобретет неприятный привкус. Зелень петрушки и сельдерея не изменит свой цвет и украсит блюдо, если их положить в суп перед тем, как снять его с огня.

ЩИ

Щи — национальное русское блюдо. Щи готовят из свежей и квашеной капусты, щавеля, крапивы, шпината, заправляют кореньями, томатом, сметаной, пряностями. Они содержат экстрактивные вещества, поэтому хорошо возбуждают аппетит. Бульоны для щей из квашеной капусты, содержащей молочную кислоту, могут быть приготовлены из таких жирных продуктов, как свинина, сало, копчености.

Зеленые щи и супы из щавеля томатом не заправляют. Если щи варят без картофеля, их заправляют пассерованной мукой. Иногда щи кипятят со сметаной, используемой в качестве заправки, или обжаривают в сметане коренья для щей. По древней традиции щи подают с картофельными запеканками, гречневой кашей, расстегаями, кулебяками, пирогами.

Щи из свежей капусты

1 кг мяса с костью, 4 л воды, 1,2 кг свежей капусты, 150 г репчатого лука, 100 г брюквы, 100 г моркови, корень сельдерея, корень петрушки, 120 г сметаны, 60 г жира, 1 столовая ложка томата-пюре или 2 свежих

помидора, 3 лавровых листа, перец черный душистый (2–3 горошины), 90 г зеленого лука или пучок укропа, соль (по вкусу).

Подготовленное мясо залить холодной водой и варить при слабом кипении 2–2,5 ч (до полуготовности), после этого положить очищенную и нарезанную квадратиками (1х1 см) свежую белокочанную капусту (если капуста горчит, ее следует опустить на 2–3 мин в кастрюлю с кипящей водой, затем откинуть на дуршлаг, дать стечь воде, после чего капусту использовать для приготовления щей). Через полчаса после добавления капусты в кипящие щи опустить слегка обжаренные репчатый лук, брюкву, морковь, коренья и томат, а также пряности, довести все до готовности. В конце варки щи посолить. Из готовых щей вынуть мясо, нарезать его небольшими кусочками в виде кубиков или ломтиками. В тарелки положить кусочки мяса, налить щи, заправить их сметаной, посыпать мелко нарезанным зеленым луком или укропом.

Щи из квашеной капусты со сметаной

800 г квашеной капусты, 100 г репчатого лука, 100 г моркови, корень петрушки, 100 г томата-пюре, 1 столовая ложка муки, 50 г сливочного масла, 50 г сметаны, перец черный душистый, лавровый лист, зелень петрушки или укропа.

Квашеную капусту перебрать, промыть, нарезать, положить в глубокую сковороду или сотейник, залить двумя стаканами бульона или воды, добавить масло, прикрыть крышкой и тушить в течение часа, периодически помешивая, затем переложить в кастрюлю, залить бульоном, добавить поджаренные с томатом лук и коренья, довести щи до полной готовности. В конце варки добавить пряности и поджаренную мучную заправку. Перед подачей щи заправить сметаной и мелко рубленной зеленью петрушки или укропа.

Щи из квашеной капусты с грибами

800 г квашеной капусты, 40–50 г сушеных грибов, 100 г моркови, 100 г репчатого лука, 100 г томата-пюре, корень петрушки, 20 г пшеничной муки, 50 г сливочного масла, 50 г сметаны, зелень петрушки или укропа.

Сушеные грибы перебрать, замочить в холодной воде на 10 мин, затем тщательно промыть, залить холодной водой и поставить на 3–4 ч для набухания. После этого грибы вынуть, еще раз промыть и варить до готовности в воде, в которой они набухали (предварительно процеженной через 3–4 слоя марли). Отваренные грибы вынуть шумовкой, перебрать, нашинковать, обжарить в масле. Квашеную капусту перебрать, промыть, отжать, мелко нарезать и потушить в масле, периодически помешивая.

Приготовить мучную пассеровку: на сковороде растопить жир, в него, непрерывно помешивая, всыпать просеянную муку и обжарить ее так, чтобы мука не изменила цвета, продолжая помешивать, влить в муку в несколько приемов бульон, не допуская образования комков.

В кастрюлю с тушеной капустой влить отстоявшийся грибной отвар, опустить обжаренные грибы, все довести до кипения, добавить мучную пассеровку, слегка обжаренные морковь, лук, корень петрушки и томат-пюре, посолить. Щи можно приготовить с картофелем, в таком случае мучная пассеровка не вводится. При подаче щи заправляют сметаной и мелко рубленной зеленью петрушки или укропа.

БОРЩИ

Борщ — распространенное блюдо украинской кухни.

Слово «борщ» произошло от старославянского «бърщь» свекла, которая является неотъемлемым компонентом блюда.

Борщи варят на мясном, мясо-костном, грибном бульонах или овощном отваре. Для приготовления борщей используются самые разнообразные продукты, делающие это блюдо весьма питательным.

Овощи для борщей нарезают тонкой соломкой, все овощи, кроме свеклы, обжаривают, свеклу тушат. При обжаривании овощей жиры поглощают и удерживают содержащиеся в них ароматические вещества и эфирные масла, сохраняя таким образом их аромат. Кроме того, красящие вещества моркови, свеклы, томата растворяются в жирах и придают кушанью привлекательный и аппетитный внешний вид.

Чтобы борщ был вкусный, используемые для его приготовления продукты необходимо закладывать в бульон в определенной последовательности. Свекла хорошо сохранит свой цвет при длительной варке, если в воду добавить немного лимонной кислоты, уксуса или сока лимона, а также томата-пюре. Картофель, чтобы он не был твердым, следует опускать в бульон на 10 мин раньше щавеля, томата, квашеной капусты и

других продуктов, имеющих выраженный кислый вкус. Для борщей лучше использовать грудинку, из жиров — свиное сало, которое толкут в ступке с чесноком, луком и зеленью до однородной консистенции. Одновременно с пассерованными кореньями и луком в борщ добавляют специи. Варят борщ в закрытой посуде. По окончании варки в него рекомендуется добавить сладкий болгарский перец, который витаминизирует блюдо, сообщает ему приятный аромат.

Доведенный до готовности борщ настаивают 20–25 мин, после чего сразу подают к столу. К борщу можно подать гречневую кашу, блины, ватрушки, пирожки, расстегаи, кулебяки, пампушки с чесноком.

Борщ украинский с пампушками

300 г говяжьего мяса, 300 г свеклы, 400 г свежей капусты, 500 г картофеля, 100 г моркови, корень петрушки, 1–2 головки репчатого лука, 1–2 головки чеснока, 100 г томата-пюре или 400 г свежих помидоров, 1 столовая ложка муки, 200 г жира, 50 г сала, 100 г сметаны, 1 столовая ложка сахара, 2 чайные ложки уксуса, соль, перец черный душистый (2–3 горошины) и болгарский, лавровый лист, зелень петрушки или укропа.

Для пампушек. 360 г муки, 3/4 стакана молока, 10 г дрожжей, соль, столовая ложка сахара, столовая ложка растительного масла, 1 головка чеснока, 1/2 стакана кваса для чесночной заправки.

Мясо отварить до готовности. Очищенную, промытую свеклу нарезать соломкой, посыпать солью, сбрызнуть уксусом, перемешать, положить в кастрюлю или глубокую сковороду, добавить жир, томат-пюре (или помидоры), сахар, свеклу стушить до полуготовности. Очищенные и промытые коренья и лук нарезать соломкой и спассеровать с жиром.

Приготовить мучную заправку.

Бульон процедить, мясо нарезать кусочками. В процеженный бульон опустить нарезанный дольками картофель и довести его до кипения, затем положить нарезанную соломкой свежую капусту и варить 10–15 мин, после чего добавить тушеную свеклу, пассерованные овощи, мучную заправку, болгарский перец, нашинкованный тонкой соломкой, соль, пряности и довести борщ до готовности. Готовый борщ заправить чесноком и зеленью

петрушки, толченными с салом, довести до кипения, после этого дать настояться 20–25 мин. При подаче в борщ добавить сметану, мясо, зелень. Борщ будет особенно вкусным, если к нему подать горячие пампушки с чесноком.

Приготовление пампушек. В теплом молоке развести дрожжи, соль, сахар, добавить растительное масло и муку, замесить тесто и оставить для брожения. Готовое тесто разделить на небольшие куски (по 25 г), закатать шарики, уложить на противень, смазанный маслом, дать подойти и выпекать при температуре 180–210 °С.

В толченый чеснок добавить соль, растительное масло, квас, все равномерно перемешать. Полученной заправкой полить свежевыпеченные пампушки.

Борщ киевский

200 г говядины, 200 г баранины, 400 г свежей капусты, 400 г картофеля, 2 свежих помидора или 100 г томата-пюре, 200 г свеклы, 2 столовые ложки фасоли, 2 моченых яблока, 100 г сметаны, 2 столовые ложки сливочного масла, 20 г сала, морковь, корень петрушки, корень сельдерея, 1 головка репчатого лука, 0,5 л свекольного кваса, 1,5 л воды, соль, перец черный душистый (2–3 горошины), лавровый лист, зеленый лук, зелень петрушки.

Говядину залить свекольным квасом и горячей водой и сварить до готовности. Мясо вынуть из бульона и нарезать кусочками, бульон процедить. Помидоры промыть, нарезать, стушить в масле и протереть через сито. Свеклу нарезать соломкой, положить в кастрюлю, добавить мелко нарезанную баранину, бульон, все стушить, периодически помешивая. Коренья и лук нашинковать, спассеровать. Сало растолочь в ступке с зеленым луком и зеленью петрушки. Фасоль отварить.

В кипящий бульон опустить нарезанный кубиками картофель и капусту и варить 10 мин, затем добавить протертые помидоры или томат-пюре, тушенную с бараниной свеклу, спассерованные овощи, толченное с зеленью сало, фасоль, нарезанные моченые яблоки, соль, перец, лавровый лист и все довести до готовности. В тарелки положить кусочки мяса, налить борщ, заправить его сметаной и посыпать зеленью петрушки.

Борщок из молодого свекольника

800 г молодого свекольника, 2–3 красные свеклы, 1 столовая ложка масла, 100 г сметаны, зелень петрушки и укропа, соль.

Молодую свекольную ботву (свекольник) промыть, нарезать мелкими кусочками, разварить в подсоленной воде, добавить натертую на крупной или средней терке красную свеклу, масло, сметану, посолить и все довести до готовности. Борщок подавать к столу в чашках, посыпав мелко рубленной зеленью петрушки и укропа.

Борщ зеленый

500 г свинины, 250 г свеклы, 500 г картофеля, 1 морковь, корень петрушки, 1 головка репчатого лука, 300 г щавеля, 300 г шпината, 100 г сметаны, 2 сваренных вкрутую яйца, 60 г сливочного масла, 1 чайная ложка муки, 1 столовая ложка уксуса, 1 чайная ложка сахара, соль, перец черный душистый (2–3 горошины), лавровый лист, зелень петрушки и укропа.

Свеклу нарезать соломкой, сбрызнуть уксусом, посыпать солью, сахаром, положить в кастрюльку, перемешать, добавить бульон, масло и потушить, периодически помешивая.

Морковь, корень петрушки и лук слегка обжарить в масле, добавив муку. Щавель и шпинат перебрать, промыть, нарезать.

В кипящий бульон опустить нарезанный кубиками картофель и варить 10–15 мин, затем добавить тушеную свеклу, обжаренные с мукой коренья и лук, щавель, шпинат, пряности и все довести до готовности. В тарелки положить кружочки яйца, налить борщ, заправив его сметаной, посыпать мелко рубленную зелень петрушки и укропа.

РАССОЛЬНИКИ

Рассольники готовят с мясом, птицей, куриными потрохами, почками, говяжьим сердцем, сомом, судаком, свежими и сушеными грибами. Обязательные компоненты рассольника — соленые огурцы, пассерованные овощи. Мелкие огурцы, используемые для рассольника, можно не чистить, у крупных огурцов следует снять кожицу и удалить зерна.

Чтобы рассольник был более острым, в него добавляют прокипяченный и процеженный огуречный рассол.

Рассольник с почками

500 г говядины с костями, 400 г почек, 1 морковь, 1 головка репчатого лука, 2 корня петрушки, 2 корня сельдерея, 2 соленых огурца, 120–150 г перловой, ячневой крупы или риса, 5–6 картофелин, 1 столовая ложка жира, 100 г сметаны, соль, зелень петрушки и укропа.

Из мяса сварить бульон. Почки освободить от пленок, разрезать вдоль пополам, залить холодной водой и оставить на 2–3 ч, затем воду слить, почки промыть, вновь залить холодной водой и довести до кипения, воду опять слить, почки еще раз залить холодной водой и варить до готовности (1,5 ч). Морковь, лук, корни петрушки и сельдерея спассеровать на жире. Огурцы очистить, нарезать кубиками, залить бульоном, немного поварить.

Бульон процедить, опустить в него нарезанный кубиками картофель, крупу, спассерованные овощи, огурцы, посолить по вкусу и все варить до готовности. При желании в рассольник можно прибавить процеженный, прокипяченный огуречный рассол. В тарелки положить нарезанные кусочками мясо, ломтики почек, налить рассольник, заправив его сметаной и мелко рубленной зеленью петрушки и укропа.

Рассольник с курицей

Одна небольшая тушка курицы (около 800 г), 2 моркови, 2 головки репчатого лука, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 4–6 картофелин, 2 огурца, 1–2 столовые ложки топленого масла, 4 столовые ложки сметаны, соль, лавровый лист, перец черный душистый (2–3 горошины), зелень петрушки и укропа.

Курицу залить водой и варить до полуготовности, затем в бульон положить спассерованные на масле коренья и лук, нарезанный кубиками картофель, припущенные огурцы, добавить лавровый лист, 5–6 горошин перца, 1 стакан прокипяченного, процеженного огуречного рассола и варить рассольник до готовности.

Из готового рассольника вынуть курицу, разрезать ее вдоль, затем поперек на несколько частей. В тарелки положить по куску курицы, налить рассольник, заправив его сметаной, зеленью петрушки и укропа.

Рассольник грибной

100 г сухих грибов, 5 соленых огурцов, 2 моркови, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 1–2 головки репчатого лука, 5 картофелин, 50 г перловой крупы, 100 г сливочного масла, 200 г сметаны, зелень петрушки или укропа.

Сварить грибной бульон. Грибы вынуть из бульона, перебрать, промыть, нарезать мелкими кусочками и обжарить в масле. Бульон процедить, положить в него картофель, пассерованные коренья и лук, припущенные соленые огурцы, отваренную перловую крупу, обжаренные грибы и все варить до готовности. В рассольник можно добавить томат-пюре, а также процеженный, прокипяченный огуречный рассол. При подаче рассольник заправить сметаной и веленью петрушки или укропа.

СОЛЯНКИ

Солянки (селянки) — острые супы, приготавливаемые на мясном, рыбном и грибном бульонах. Для мясной солянки используют говядину, телятину, баранину, свинину, ветчину, вареную колбасу, сосиски, сардельки, дичь, субпродукты — язык, почки, говяжье сердце. Рыбную солянку можно приготовить из филе любой рыбы, кроме очень мелкой и костлявой. Для грибной солянки пригодны как свежие, так и соленые или сушеные грибы.

В состав мясной солянки обязательно входит томат-пюре, в рыбную и грибную солянки томат не добавляют. Приятный вкус солянкам придают маслины, каперсы, лимон (в грибную солянку лимон не добавляют). Мясную и грибную солянки заправляют сметаной.

Солянка сборная мясная

500 г костей, 200 г мяса, 100 г вареной ветчины (окорок со шкуркой), 70 г сосисок, 120 г вареных почек, 200 г репчатого лука, 100 г соленых огурцов, 180 г каперсов, 80 г маслин, 80 г томата-пюре, 50 г сливочного масла, 100 г сметаны, перец черный душистый (2–3 горошины), лавровый лист, зелень петрушки и укропа.

Из мяса и костей сварить бульон. Лук нарезать соломкой и спассеровать в масле с томатом-пюре. Огурцы очистить, нарезать кубиками, В процеженный бульон опустить пассерованный лук и

огурцы, бульон поварить 4–5 мин, затем добавить в него перец, лавровый лист, нарезанные ломтиками ветчину, сосиски, почки, каперсы и немного маслин без косточек. В тарелки положить маслины, по кружочку лимона без цедры, налить солянку, заправить ее сметаной, зеленью петрушки и укропа.

РАЗНЫЕ СУПЫ

Суп крестьянский

500 г мяса, 400 г свежей капусты, 500 г картофеля, 100 г моркови, 2–3 красных помидора, корень сельдерея, 1–2 головки репчатого лука, лук-порей, 100 в сметаны, соль, перец черный душистый (2–3 горошины), лавровый лист, зелень петрушки и укропа.

Из мяса сварить бульон, процедить его. Капусту нарезать квадратиками, картофель — кубиками, морковь, корни сельдерея и петрушки — кружочками, лук нашинковать, порей мелко нарезать. Морковь, сельдерей, петрушку, лук и порей поджарить на саде. В процеженный бульон опустить поджаренные овощи, бульон вскипятить, добавить картофель, бульон поварить 10–15 мин, после этого опустить капусту. К концу варки в суп добавить нарезанные дольками помидоры, перец, лавровый лист, соль и варить еще 10 мин. При подаче суп заправить сметаной, зеленью петрушки и укропа.

Суп луковый французский

500 г сладкого репчатого лука, 3 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки муки, 4–6 ломтиков белого хлеба, 2–3 столовые ложки натертого сыра, соль.

Лук нарезать кольцами и слегка обжарить в масле, постепенно добавляя при размешивании муку. Обжаренный лук опустить в кипящий бульон или воду, добавить по вкусу соль, перец, лавровый лист и варить суп на слабом огне 20–30 мин. Ломтики белого хлеба подсушить в духовке без жира, посыпать натертым сыром, положить на блюдо, полить горячим луковым супом и через 2–3 мин подать с супом.

Суп картофельный со свежими грибами

600 г свежих грибов, 800 г картофеля, 1–2 головки репчатого лука, 1 морковь, 1 корень сельдерея, 1 корень петрушки, 2 столовые ложки масла, соль, перец черный душистый, лавровый лист, зелень петрушки и укропа.

Свежие грибы очистить, промыть. Ножки отрезать, мелко порубить, поджарить на масле. Шляпки грибов нарезать ломтиками, ошпарить, откинуть на сито, дать воде стечь, затем переложить в кастрюлю, залить водой и варить около часа, после этого добавить нарезанный кубиками картофель, обжаренные ножки грибов, мелко нарезанные лук и коренья, соль, пряности и довести все до готовности.

При подаче суп заправить сметаной, зеленью петрушки и укропа.

Суп грибной с галушками

50 г сушеных грибов, 1 стакан пшеничной муки, 1 сырое яйцо, 2 столовые ложки сливочного масла, 1/4 стакана воды, 600 г картофеля, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 1 головка репчатого лука, соль, перец черный душистый, лавровый лист, зелень петрушки и укропа

Грибы тщательно промыть, залить холодной водой, сварить бульон. Муку просеять через сито, добавить яйцо, четверть стакана воды, соль, приготовить крутое пресное тесто. Из теста раскатать жгут толщиной 1 см, нарезать из него галушки. Коренья и лук нарезать тонкой соломкой, слегка обжарить в масле. Грибной бульон процедить. Грибы промыть холодной водой, мелко нарезать, обжарить в масле. Картофель очистить, промыть, нарезать дольками. В процеженный бульон опустить картофель, обжаренные грибы, коренья, галушки, добавить соль, пряности и довести все до готовности.

Вместо галушек можно приготовить маленькие варенички или ушки. Для этого приготовленное тесто раскатать в виде маленьких кружков, в середину кружка положить мелко рубленные обжаренные в масле грибы, завернуть маленькие варенички или ушки и отварить их в супе. При подаче суп заправить зеленью петрушки и укропа.

Суп из крапивы

500 г говядины с костями, 300 г молодой крапивы,

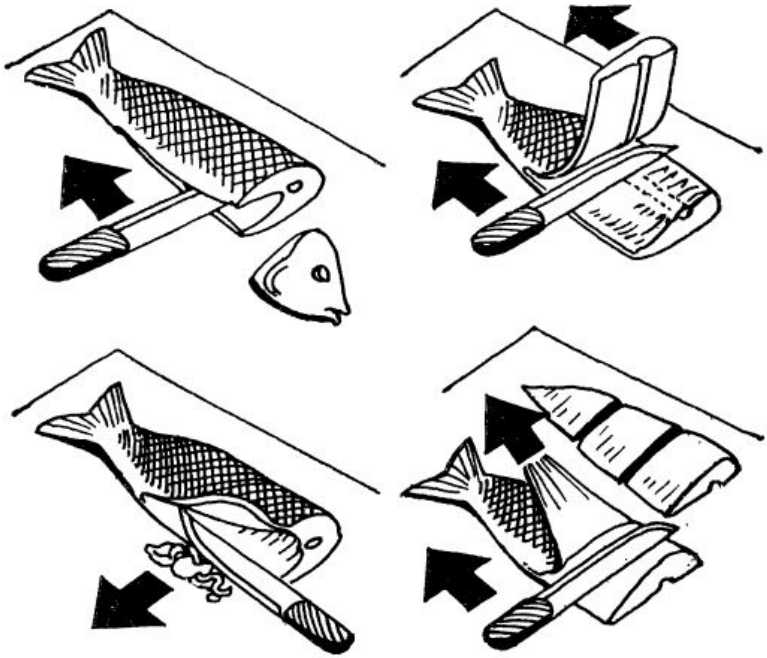
200 г щавеля, 1 небольшая морковь, корень петрушки, корень сельдерея, 1 головка репчатого лука, 1/2 столовой ложки муки, 1 столовая ложка жира, 2–3 сваренных вкрутую яйца, 3 столовые ложки сметаны, соль, зелень петрушки и укропа.

Из мяса и костей сварить бульон. Крапиву промыть, опустить в кипящую воду и варить 5 мин, после чего откинуть на дуршлаг или сито и дать стечь воде. Щавель промыть и пропустить вместе, с отваренной крапивой через мясорубку. Тонко нарезанные морковь, коренья и лук обжарить на жире, опустить вместе со щавелем и крапивой в бульон, суп поставить на огонь и варить 10–15 мин. В тарелки положить по дольке яйца, налить суп, заправить его сметаной, зеленею петрушки и укропа. К супу подать вареный, обжаренный в масле картофель, посыпанный мелко рубленной зеленью.

Уха рыбацкая натуральная

1 кг свежей рыбы (судак, щука, крупный окунь, треска, ерш и др.), 1 головка репчатого лука, корень петрушки, корень сельдерея, соль, перец черный душистый, лавровый лист, зелень петрушки или укропа.

Рыбу очистить, филе отделить от костей и кожи. Головы (без жабр), кости и кожу тщательно промыть, сложить в кастрюлю, залить холодной водой, добавить коренья, обжаренный лук, соль, перец, лавровый лист и варить на медленном огне, тщательно снимая пену, до тех пор, пока бульон не приобретет приятный вкус. После этого бульон процедить, опустить в него рыбное филе, нарезанное на порционные куски, и поставить варить. Когда рыба сварится, ее вынуть шумовкой из бульона, положить на блюдо, бульон еще раз процедить. Перед подачей на стол в тарелки положить разогретые кусочки рыбы, налить бульон, заправив его мелко рубленной зеленью петрушки или укропа. К ухе можно подать расстегаи или кулебяку с рыбой.



Разделка рыбы.

Суп рисовый с овощами

1 столовая ложка риса, 2 картофелины, корень петрушки, 1 головка репчатого лука, 1 морковь, 4 свежих помидора, 3 столовые ложки растительного масла, соль, перец черный душистый, лавровый лист, 2–3 дольки чеснока, зелень петрушки, 1 л воды.

Рис опустить в холодную воду и поставить варить до полуготовности. Картофель нарезать тонкой соломкой, присоединить к рису. Корень петрушки, нарезанный тонкой соломкой, лук, нарезанный кольцами, и морковь, натертую на крупной терке, обжарить в растительном масле. Помидоры нарезать дольками, обжарить с двух сторон. Спассерованные овощи опустить в кастрюлю с рисом и картофелем, добавить соль, пряности и варить суп до полной готовности.

Перед тем как снять с огня, в суп добавить мелко рубленный чеснок и зелень петрушки.

2. ПРОЗРАЧНЫЕ СУПЫ

Прозрачные супы в отличие от обычных — более экстрактивны. Их готовят на мясном, рыбном или грибном бульоне. Такие супы не должны быть мутными, на их поверхности не должно быть жира.

Прозрачность супа зависит прежде всего от исходного сырья. Из трубчатых сахарных костей бульон будет прозрачным, при использовании позвоночных костей бульон получается мутным. Птицу для бульона следует брать нестарую, достаточно упитанную, но не жирную. Из старых кур и молодых цыплят бульон будет недостаточно прозрачным.

Излишки жира с мяса и птицы можно срезать, перетопить и использовать для жарения или приготовления паштета, фритюров и других целей.

Для того чтобы бульону придать золотистый цвет, в него можно опустить целую головку лука вместе с верхней кожицей. Когда бульон сварится, лук необходимо извлечь из него. Бульон будет иметь золотистый цвет, если в него добавить слегка обжаренные лук и коренья. Рыбный бульон солят до начала варки, мясной и грибной — в конце приготовления.

Прозрачные супы подают в тарелках или чашках с белым хлебом, гренками, пирогами из дрожжевого или пресного слоеного теста, расстегаями и кулебяками.

БУЛЬОНЫ

Бульон может быть желтым, белым и красным. Желтый бульон служит основой для всех прозрачных супов. Такой бульон готовят с лапшой, клецками, фрикадельками либо подают без гарнира с пирожками, расстегаями, кулебяками, блинчиками, гренками, картофельными крокетами и т. п., которые укладывают на блюда, в корзиночки, сухарницы.

Белый бульон является основой для заправочных супов: щей, борщей, рассольников, похлебок, а также супов-пюре.

Красный бульон используется для приготовления клейких французских супов и соусов.

Бульон с домашней лапшой

500 г мяса, 1 морковь, 2 головка репчатого лука, 2 столовые ложки сливочного масла, соль, лавровый лист,

перец черный душистый, зелень петрушки и укропа

Для лапши: 1,5 стакана муки, 1 сырое яйцо, соль.

Из мяса сварить бульон. Очищенные морковь и лук нашинковать в виде тонкой соломки, обжарить на масле, опустить в бульон, довести бульон до кипения, после чего добавить в него лапшу, соль, лавровый лист, перец и варить еще 15 мин. При подаче бульон заправить мелко рубленной зеленью.

Приготовление лапши. Муку просеять на стол в виде небольшой горки, в вершине которой сделать углубление. Яйцо разбить, смешать с четвертью стакана воды, смесь вылить в углубление в муке. Осторожными движениями замесить тесто, постепенно собирая муку в углубление.

Тесто должно быть крутым, равномерно перемешанным. Тесто раскатать очень тонким слоем, посыпать мукой и нарезать на узкие полоски длиной 4–5 см.

Бульон с налистниками

Бульон (приготовить так же, как под домашнюю лапшу), 1 стакан муки, 2 стакана молока, 2 сырое яйцо, 2–2 столовые ложки масла, соль, 2 столовые ложки белых сухарей, зелень укропа или петрушки.

Для начинки: 300 г вареного мяса (из бульона), 1 сырое яйцо, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 головка репчатого лука, 2 столовые ложки бульона, соль, перец черный молотый.

Приготовление налистников. Яичный желток взбить в миске, добавить соль, всыпать просеянную муку и, понемногу наливая молоко, приготовить жидкое тесто. Отдельно взбить белок, ввести его в тесто. Тесто равномерно перемешать и выпечь на сковороде тонкие блинчики (поджаривать только с одной стороны).

Мясо и поджаренный на масле лук пропустить через мясорубку, добавить яйцо, соль, перец, бульон, все перемешать. Полученной массой намазать блинчики с одной стороны, завернуть их в рулетик (или в виде конвертиков), поверхность смазать яйцом, обвалять блинчики в сухарях и обжарить в масле. Блинчики подавать к бульону горячими, посыпав зеленью укропа или петрушки.

Бульон с картофельными крокетами

Бульон (приготовить так же, как и под домашнюю лапшу), 6 вареных картофелин, 1 яичный желток, 1/2 стакана муки, 1/2 столовой ложки белых сухарей, 100 в топленого сала, соль, зелень укропа или петрушки.

Для фарша: 200 г вареного мяса, 1 столовая ложка масла, 1 головка репчатого лука, перец черный душистый, 2–3 столовые ложки бульона, соль.

Отваренный горячий картофель пропустить через мясорубку, добавить желток, муку, соль, все хорошо перемешать, сформовать крокеты, придав им круглую или овальную форму. Мясо и поджаренный на масле лук пропустить через мясорубку, добавить соль, перец, все перемешать. Полученным фаршем начинить крокеты, обвалять их в сухарях и обжарить во фритюре до образования румяной корочки. Крокеты подавать к бульону в горячем виде, посыпав мелко рубленной зеленью укропа или петрушки.

3. ПЮРЕОБРАЗНЫЕ СУПЫ

Супы-пюре готовят из овощей, мяса, птицы, грибов. Такие супы имеют ясно выраженный вкус и аромат основного продукта. Они очень питательны, легко усваиваются, их рекомендуют для лечебного и детского питания. Используемые для приготовления супов-пюре продукты отваривают, а затем протирают через сито (картофель, овощи) или многократно пропускают через мясорубку. Грибы, мясо, птицу можно истирать в ступке до получения однородной массы.

Перед подачей к столу в супы-пюре добавляют сливочное масло или специальный соус-льезон, приготовленный из сливок, молока, сырых яичных желтков. При этом температура супов не должна превышать 70 °С, иначе они станут грубыми и потеряют однородность вкуса. До подачи к столу суп хранят на водяной бане. Во избежание образования пенки или корочки на поверхность супа следует положить несколько тонких пластиков сливочного масла. В суп можно опустить небольшое количество непротертых овощей (например, в тарелку супа из цветной капусты положить 2–3 соцветия), что хорошо украшает блюдо. К супу-пюре подают гренки из белого пшеничного хлеба с тертым сыром.

Суп-пюре из цветной капусты

600 г цветной капусты (можно консервированной), 1 морковь, 80 г пшеничной муки, 80 г сливочного масла, 300 г молока, 1–2 желтка, соль по вкусу.

Часть мелких соцветий капусты припустить до готовности в слегка подсоленной воде. Остальную капусту сварить вместе с пассерованной морковью и протереть через сито. Из муки, масла, молока и желтков приготовить соус.

Протертые овощи хорошо перемешать, посолить по вкусу, довести до кипения, снять с огня. Слегка помешивая овощи, медленно ввести в них приготовленный соус. При подаче супа в тарелки опустить несколько отваренных соцветий капусты.

Суп-пюре грибной

400 г свежих грибов (белых или шампиньонов), 1 головка репчатого лука, 4 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки пшеничной муки, 6 стаканов

куриного бульона, 3 желтка, 4 стакан сливок, соль, петрушка, сельдерей.

Грибы тщательно промыть, мелко нарезать. Лук нашинковать, положить в кастрюлю и слегка обжарить в масле, добавить грибы и жарить 5—10 мин при непрерывном помешивании. Продолжая помешивать, ввести в грибы с луком муку, залить все бульоном, довести до кипения, добавить петрушку и сельдерей и варить все 40–50 мин на слабом огне. Бульон слить, петрушку и сельдерей вынуть, грибы пропустить через мясорубку, протереть через сито и смешать с бульоном.

Вилкой или веничком взбить желтки, смешать их со сливками и ввести тонкой струйкой в суп, при непрерывном его помешивании. Суп посолить по вкусу, разогреть на водяной бане до температуры не выше 70 °С, после чего подать к столу.

Суп-пюре из рыбы

500 г рыбы, 3 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки муки, 1/2 головки репчатого лука, 1/2 стакана сливок или 3/4 стакана молока, 1 желток, соль, петрушка, сельдерей.

Рыбу разделать, филе отделить от костей и кожи. Из костей и кожи сварить бульон в небольшом количестве воды.

Бульон процедить и спассеровать с мукой в течение 10 мин.

Филе нарезать кусочками, положить в сотейник, добавить 2 столовые ложки сливочного масла, сверху положить ломтики репчатого лука, петрушку, сельдерей, добавить соль, немного воды, сотейник закрыть крышкой и все варить до готовности. Готовую рыбу извлечь из бульона и пропустить 3 раза через мясорубку (несколько кусочков рыбы оставить).

В полученную массу влить процеженный бульон, все перемешать и протереть через сито, добавить мучную пассеровку.

Суп прокипятить (или довести до готовности на водяной бане), тщательно снимая накипь и помешивая, чтобы он не пригорел. Когда суп будет готов, ввести в него соус (льезон) из сливок, взбитого желтка и сливочного масла, посолить.

При подаче супа в тарелки положить маленькие кусочки вареной рыбы.

Суп-пюре из щавеля и шпината

500 г щавеля и шпината, 1–2 головки репчатого

лука, 3 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки пшеничной муки, 3 стакана куриного бульона, 1 стакан сливок, мускатный орех, соль.

Щавель и шпинат отварить с мелко нарезанным луком в небольшом количестве воды, затем протереть через сито.

В кастрюле растопить масло, всыпать в него муку, добавить соль, тщательно все перемешать, тонкой струйкой влить куриный бульон при непрерывном помешивании, дать бульону закипеть, после чего добавить протертые овощи. Полученную массу поварить 10 мин на медленном огне, добавить в нее сливки и мускатный орех (по вкусу). При подаче супа в каждую тарелку положить ломтик лимона и мелко натертый яичный желток.

Суп-пюре из курицы, индейки или кролика

1 кг курицы, индейки или кролика, 1 головка репчатого лука, 1 морковь, 2 корня сельдерея, 150 г муки, 120 г сливочного масла, 1 желток, 3/4 стакана сливок или 7/4 стакана молока, соль, сахар.

Обработанную курицу (индейку, кролика) положить в кастрюлю, залить холодной водой, довести до кипения, постоянно снимая накипь, добавить лук и коренья и варить на медленном огне 1–1,5 ч. Разваренное мясо отделить от костей. Кости вновь опустить в бульон и продолжать варить.

Мясо несколько раз пропустить через мясорубку, тщательно истолочь в ступке и, добавив к нему немного бульона, протереть через сито. В протертое мясо ввести желток, сливки или молоко и сливочное масло, все тщательно перемешать.

Мучную пассеровку развести бульоном, прокипятить 10 мин, снимая накипь и периодически помешивая, процедить. В процеженный бульон ввести протертое мясо, добавить по вкусу соль и сахар. До подачи на стол суп подогревать на водяной бане.

Суп-пюре из зеленого горошка

4 стакана куриного бульона, 400 г зеленого горошка (свежего или консервированного), 50 г салата, 3 столовые ложки сливочного масла, 3 шт. лука-порея, 1 чайная ложка сахара, соль, перец душистый молотый, корица.

В кастрюлю положить зеленый горошек, салат, лук, сахар,

соль, перец и корицу (на кончике ножа), залить все бульоном и поставить на сильный огонь. Когда бульон закипит, огонь уменьшить и варить горошек на медленном огне до полной готовности. После этого бульон слить, горошек протереть через сито. Протертый горошек смешать с бульоном, добавить соль, сливочное масло, все прокипятить. При подаче супа в каждую тарелку положить немного непротертого горошка.

Суп-пюре из гороха

500 г говядины с костями, 300 г сушеного гороха, 1 морковь, 1 шт. лука-порея, 1 корень сельдерея, 1 корень петрушки, 1 столовая ложка муки, 1 столовая ложка масла, соль, перец черный (10 горошин), лавровый лист.

Из говядины сварить бульон, добавив в него коренья, соль, пряности и предварительно замоченный в воде горох.

Когда все сварится, мясо вынуть, бульон процедить, горох и коренья протереть через сито и вновь соединить с бульоном. Муку спассеровать, разбавить бульоном и ввести в суп.

Такой суп рекомендуется подавать с гренками из белого или черного хлеба.

Суп-пюре из фасоли

350 г фасоли, 250 г разных кореньев (моркови, лука-порея, сельдерея, петрушки), 1 желток, 2/3 стакана сливок, 2 столовые ложки пшеничной муки, 1–2 столовые ложки масла, соль, перец черный (10 горошин), лавровый лист.

Из кореньев сварить бульон. Готовый бульон процедить.

Фасоль отварить отдельно в несоленой воде, протереть и присоединить к бульону. Муку спассеровать, разбавить бульоном и добавить к супу. Желток взбить со сливками и тонкой струйкой ввести в суп при непрерывном его помешивании. После этого суп поставить на огонь на 10 мин, не доводя его до кипения. Суп подать к столу с белыми сухариками.

Суп из цветной капусты с протертым картофелем

Кочешок цветной капусты, 3–5 картофелин, 2 столовые ложки масла, соль, зелень петрушки или укропа.

Цветную капусту промыть, подержать в подсоленной воде, затем разделить на соцветия и отваривать в кипятке. Картофель очистить, отварить, протереть через сито и соединить с цветной капустой и отваром, в котором она варилась. В суп добавить масло, соль, мелко рубленную зелень петрушки или укропа.

4. ХОЛОДНЫЕ СУПЫ

Основу холодных супов составляют хлебный и свекольный квас, а также отвары из фруктов и ягод. В белорусской, литовской и болгарской кухне для приготовления холодных супов используют простоквашу, молочную сыворотку, кефир.

В знойную весенне-летнюю погоду холодные супы являются незаменимым освежающим блюдом. В такие супы можно добавлять пищевой лед, который легко приготовить в домашних условиях в холодильнике.

Приготовление хлебного кваса. Высушить несколько ломтиков черного ржаного хлеба (можно черствого). Вскипятить воду, кипятком залить сухари и оставить их на несколько часов для настаивания. Через 3–5 ч настоявшуюся воду процедить, в полученную жидкость (сусло) добавить сахар, дрожжи (или горсть изюма) и поставить в теплое место для брожения. По окончании брожения квас процедить и использовать для приготовления окрошек, супов или как напиток.

Приготовление свекольного кваса (на 1 кг свеклы 5 л воды). Красную свеклу очистить, промыть, нарезать брусочками, залить охлажденной кипяченой водой, добавив 2–3 корочки ржаного хлеба, и поставить на несколько дней в теплое место для закисания. Настоявшийся квас процедить и использовать по мере надобности. Свекольный квас следует хранить в холодном месте.

Холодник по-белорусски

300—400 г вареной свеклы, 200 г свежих огурцов, 2 сваренных вкрутую яйца, 100 г зеленого лука, 1 стакан сметаны, соль, сахар, укроп, сок лимона или лимонная кислота (по вкусу).

Хлебный, свекольный квас или охлажденный отвар, в котором варилась свекла, разбавить холодной кипяченой водой, добавить нарезанные тонкой соломкой свеклу и огурцы, мелко рубленный лук, соль, сахар, укроп, сок лимона и поставить в холодильник. При подаче холодника в тарелки положить кружочки яйца и кубики льда, холодник заправить сметаной.

Хлебный суп

6 крупных ломтиков черного ржаного хлеба, 100 г сухих фруктов (изюма, чернослива, кураги) или 6–8

свежих яблок, 8 столовых ложек сахара, 3/4 стакана сливок или сметаны, корица, сок лимона или лимонная кислота.

Хлеб хорошо просушить, залить кипятком, закрыть крышкой и оставить для набухания. Размокший хлеб протереть через дуршлаг. Сухие фрукты или очищенные от кожицы яблоки отварить. Во фруктовый отвар добавить сахар, отвар охладить и влить в протертый хлеб. Суп тщательно перемешать, заправить соком лимона или лимонной кислотой (на кончике ножа), корицей и сливками или сметаной.

Суп литовский

0,5 л кефира, 350 г воды, 125 г свеклы, 100 г свежих огурцов, 1 головка репчатого лука, 2 сваренных вкрутую яйца, соль, зелень укропа.

Свеклу сварить, нарезать тонкой соломкой, огурцы нарезать ломтиками, лук — нашинковать, зелень укропа растереть с солью, все перемешать и залить охлажденным, взбитым кефиром, разбавленным водой. При подаче супа в тарелки положить кружочки яйца. По национальной традиции к такому супу вместо хлеба подают горячий свежесваренный картофель.

Окрошка сборная мясная

1,5 л хлебного кваса, 250 г вареного мяса (вместо мяса можно использовать вареную колбасу, сосиски, сардельки), 2 свежих огурца, 3 сваренных вкрутую яйца, 1 чайная ложка готовой горчицы, 1 стакан сметаны, соль, сахару зеленый лук, укроп.

Мясо (или колбасу) нарезать кубиками, огурцы, яичный белок, зеленый лук и укроп — мелкими кусочками.

Желтки протереть через ситечко, смешать с горчицей, сметаной, солью, сахаром, разбавить хлебным квасом и соединить с мясом, яичным белком и зеленью.

Холодный суп с овощами

1,5 л обезжиренного кефира, 2 дольки чеснока, 2 головки репчатого лука, 2 моркови, укроп, по 1 стручку зеленого и красного болгарского перца, соль, перец

черный молотый.

Овощи очистить, нарезать кубиками, положить в тарелки. Охлажденный кефир посолить, поперчить (по вкусу), приправить толченым чесноком и разлить по тарелкам с овощами.

5. СЛАДКИЕ СУПЫ

Сладкие супы готовят на отварах из свежих фруктов и ягод, а также сухофруктов. Фрукты и ягоды можно использовать целыми, нарезанными на дольки или протертыми.

Сладкие супы употребляют как горячими, так и холодными. К ним подают белую булку, кекс, бисквит.

Суп из кураги с рисом

140 г кураги, 40 г риса, 80 г сахара, 50 г сливок, 3–4 стакана кипятка.

Курагу тщательно перебрать, промыть теплой водой, положить в кастрюлю, залить кипятком, добавить сахар, кастрюлю закрыть крышкой и поставить на огонь. Когда курага будет готова, часть ее можно протереть через сито.

Рис промыть и отварить так, чтобы он был рассыпчатым.

При подаче в тарелки положить рис, протертую курагу и все залить отваром. Суп заправить сливками.

Суп из ревеня с манными клецками

800 г ревеня, 2 столовые ложки крахмала, 150 г сахара, сливки или сметана (для заправки).

Для клецек: 2 столовые ложки манной крупы, 1 стакан воды или молока, 1 столовая ложка сахара, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 сырое яйцо, соль.

Черешки ревеня промыть, очистить (снять тонкую кожицу), нарезать небольшими кусочками, опустить в кипящую подслащенную воду и прокипятить не более 5 мин. В отвар влить разведенный холодной водой крахмал. Отвар довести до кипения и сразу же снять с огня.

Сварить густую манную кашу, добавить в нее соль, сахар, масло. Кашу охладить, после чего ввести в нее яйцо. Все тщательно взбить. Из полученной массы сформовать с помощью двух чайных ложек клецки, опустить их в кипящую воду и варить до тех пор, пока они не всплывут па поверхность. Готовые клецки вынуть шумовкой, положить в тарелки, залить супом из ревеня, суп заправить сливками или сметаной.

Суп из чернослива

300 г чернослива, 2/3 стакана сахара, 1 стакан белого вина или фруктового сока, 1 столовая ложка крахмала, корица, гвоздика.

Чернослив промыть, залить холодной кипяченой водой, оставить набухать. Набухший чернослив положить в воду, добавив пряности, и варить, пока не разварится, затем протереть через сито. В полученную массу добавить сахар, ядра сливовых косточек, влить вино или фруктовый сок, ввести разведенный крахмал и все довести до кипения. Суп подавать охлажденным.

ГЛАВА 4
БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ

Овощи играют важную роль в питании человека. В них содержатся необходимые для организма питательные вещества: углеводы, белки, минеральные соли, витамины. Овощи не имеют такого большого количества белков, как продукты животного происхождения, и практически не содержат жиров, но они значительно богаче витаминами и минеральными веществами. Благодаря наличию органических кислот и эфирных масел овощи обладают приятным вкусом, использование некоторых овощей придает пище особый аромат.

Важное физиологическое свойство овощей — способность возбуждать аппетит и влиять на секреторную функцию пищеварительных желез. Многие овощи применяются как лечебные средства и в диетическом питании. В рационе взрослого человека овощи должны составлять не менее 600 г в сутки.

В мире возделывается свыше 1000 видов овощных растений, в условиях средней полосы СССР выращивается около 100, а в питании в течение сезона активно используется примерно 30 видов. Наиболее распространенными овощными культурами являются картофель, белокочанная капуста, морковь, лук, огурцы, помидоры, свекла. Большая же часть овощей не находит широкого применения в питании из-за недостаточной осведомленности о их пищевой ценности, а также незнания технологии приготовления блюд из них. Приведенные здесь рецепты помогут хозяйкам лучше узнать полезные свойства овощей и возможности их использования в домашних условиях.

1. БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЯ

Картофель — важнейшая овощная культура разностороннего использования. Клубни картофеля содержат крахмал, сахар, белок, минеральные соли, различные витамины.

Индейцам Южной Америки картофель был известен в глубокой древности. В Европу он был завезен примерно в 1565 году испанцами. Появление картофеля в России связано с именем Петра Первого, который в конце XVII в. прислал мешок клубней из Голландии. Однако некоторые источники свидетельствуют о том, что народам Сибири и Урала эта культура была известна гораздо раньше. Начало широкой культуре картофеля в России положил в 1705 г. указ Сената и завоз из-за границы партии семенного картофеля, разосланного по всей стране.

В настоящее время картофель возделывается в нашей стране почти повсеместно и широко используется в питании. Известно более 1000 блюд, приготовляемых из картофеля.

Драники

12 картофелин, 1–2 столовые ложки муки, 7–8 столовых ложек свиного сала, 2–3 головки репчатого лука, 100 г шпика, соль.

Картофель очистить, промыть и сырой натереть на терке, добавить муку, соль и все тщательно перемешать. Ложкой выкладывать массу на сильно разогретую сковороду в растопленный свиной жир и обжаривать оладьи с двух сторон до образования золотистой корочки. Лук нашинковать и обжарить с мелко нарезанным, вышкваренным шпиком.

Готовые драники переложить обжаренным луком и поставить на непродолжительное время в духовку.

Драники с моченой брусникой

12 картофелин, 1 столовая ложка муки, 3 столовые ложки растительного масла, 3/4 стакана сахара, 200 г моченой брусники, соль.

Картофель очистить, промыть и сырой натереть на терке, добавить муку, соль, все тщательно перемешать. Из полученной массы выпечь оладьи. Моченую бруснику отделить от воды, брусничную воду вскипятить с сахаром, охладить, соединить с

брусникой и подать к драникам.

Картофельная каша с салом

12 картофелин, 2 головки репчатого лука, 150 г шпика, соль.

Картофель очистить, промыть, отварить, обсушить, потолочь до получения однородной массы. Сало нарезать мелкими кубиками, обжарить с нашинкованным луком, соединить с толченым картофелем. Кашу перемешать, посолить и подать к столу с квашеной капустой, солеными огурцами или салатом из свежих овощей.

Из картофеля можно приготовить более 1000 блюд.

Картофель, тушенный со сметаной

10 картофелин, 1 стакан сметаны или сливок, соль, специи, зелень укропа.

Картофель очистить, промыть, нарезать кружочками, положить в глиняный горшочек, посолить, добавить специи, залить сметаной, закрыть крышкой, поставить в духовку и тушить до готовности. Тушеный картофель обильно посыпать мелко рубленным укропом и подать к столу с салатом из свежих овощей.

Картофель, тушенный с бараниной

10 картофелин, 600 г баранины, 1 морковь, 1

головка репчатого лука, 1 столовая ложка томата-пюре, 4 столовые ложки свиного жира, соль, специи, зелень петрушки, сельдерея, укропа.

Картофель и морковь очистить, промыть, нарезать кубиками, обжарить. Отдельно обжарить с луком нарезанную на куски баранину. Все соединить, положить в кастрюлю, добавить немного бульона или воды, томат-пюре, соль, специи, кастрюлю закрыть крышкой и поставить в духовку. При подаче картофель посыпать зеленью.

Картофельная бабка

10—12 картофелин, 1 столовая ложка муки, 2 головки репчатого лука, 75 г шпика, 2 столовые ложки масла, 1–1,5 стакана сметаны, соль, перец черный молотый.

Картофель очистить, вымыть, сырой натереть на терке, отжать. Картофельному соку дать возможность отстояться, после чего сок слить, а осадок крахмала соединить с картофельной массой. Шпик мелко нарезать, обжарить с луком, перемешать с картофельной массой, добавить муку, соль, перец. Подготовленную массу выложить в глубокую сковороду или глиняную коническую (расширенную кверху) форму, края и дно которой обильно промазать маслом или жиром, массу разровнять, сбрызнуть маслом и запечь в духовке. Таким же образом можно приготовить картофельную бабку с обжаренными кусочками свинины, с грибами. К картофельной бабке подают соусник со сметаной.

Картофельная бабка, фаршированная грибами

10 картофелин, 1 столовая ложка муки, 2 столовые ложки жира, 1 стакан сметаны, соль, перец черный молотый, зелень укропа.

Для фарша: 200 г грибов, 2 головки репчатого лука, 2 столовые ложки сливочного масла, соль, перец черный молотый.

Картофель очистить, промыть, сырой натереть на терке, отжать. Когда картофельный сок отстоится, сок слить, крахмал соединить с картофельной массой, добавить в нее муку, соль, перец, все тщательно перемешать. Грибы очистить, промыть,

ошпарить кипятком, обжарить в масле, добавить пассерованный лук, соль и перец. В глубокую сковороду, обильно смазанную жиром, положить половину картофельной массы, на нее грибной фарш, сверху на фарш выложить оставшуюся массу, хорошо ее разровнять и сбрызнуть маслом. Сковороду поставить в духовку и выпекать бабку до образования румяной корочки. Бабку подать с маслом или сметаной, посыпав зеленью укропа.

Картофель, фаршированный мясом

12 картофелин, 2 стакана сметаны, соль, зелень петрушки или укропа.

Для фарша: 400 г говядины, 1 головка репчатого лука, 1 столовая ложка свиного жира, соль, перец черный молотый.

Клубни картофеля одинаковых размеров круглой формы очистить, промыть, удалить из них сердцевину. Говядину пропустить через мясорубку, смешать с обжаренным репчатым луком, посолить, поперчить. Полученным фаршем заполнить картофелины, слегка их обжарить, затем положить в утятницу, немного посолить, залить сметаной и запечь в духовке. Запеченный картофель подать, обильно посыпав его рубленой зеленью петрушки или укропа. Отдельно подать сметану.

Рулет картофельный с грибами

10 картофелин, 1 столовая ложка жира, 2 чайные ложки муки, 1 столовая ложка панировочных сухарей, 1 яйцо, 1 стакан соуса, соль, зелень укропа.

Для фарша: 200 г грибов, 2 головки репчатого лука, 2–3 столовые ложки жира, соль, перец черный молотый.

Картофель отварить в кожуре, очистить, пропустить через мясорубку, добавить муку, яйцо, соль, все перемешать.

Грибы перебрать, промыть, нарезать, обжарить, затем смешать с пассерованным луком, посолить, поперчить. На картофельную массу слоем 2 см положить фарш, массу с фаршем завернуть в виде рулета, обсыпать панировочными сухарями, перенести на противень, смазанный жиром, и выпекать в духовом шкафу до образования золотистой корочки.

Рулет подают к кислым щам, а также как самостоятельное блюдо. К рулету можно подать соусник со сметаной или соусом, а

также зелень укропа.

Картофельная запеканка

12 картофелин, 3 сырых яйца, 2 столовые ложки масла, соль.

Для грибного фарша: 30 г сушеных грибов, 1 столовая ложка жира, 2 головки репчатого лука, 1/4 стакана грибного бульона, соль.

Для мясного фарша: 400 г свинины, 2 головки репчатого лука, 1 столовая ложка масла, соль, перец черный молотый.

Для рыбного фарша: 250 г рыбного филе, 15 г сушеных грибов, 2 головки репчатого лука, 1 сваренное вкрутую яйцо, 2 столовые ложки масла, соль.

Для фарша из яиц: 4 яйца, 1 головка репчатого лука, 1 столовая ложка масла, соль.

Картофель очистить, промыть, отварить, воду слить, картофель обсушить, потолочь, добавить яйца, масло, соль, все тщательно перемешать, почти взбить. Полученную массу выложить на противень (или сковороду), смазанную жиром, на нее ровным слоем положить фарш, поверхность его украсить орнаментом из картофельной массы с помощью резной трубочки и кондитерского мешка.

Приготовление грибного фарша. Грибы перебрать, тщательно промыть и замочить в холодной воде на 2–3 ч. Набухшие грибы еще раз промыть и варить в воде, в которой они набухали, в течение 1–1,5 ч без добавления соли. Сваренные грибы вынуть из бульона, промыть теплой водой, нарезать, обжарить, добавить к ним пассерованный лук, немного грибного бульона, чтобы фарш был сочным, посолить, все перемотать. Вместо сухих грибов можно использовать свежие.

Приготовление мясного фарша. Свинину пропустить через мясорубку, слегка обжарить, смешать с пассерованным луком, добавить соль и перец

Приготовление рыбного фарша. Рыбное филе пропустить через мясорубку, обжарить. Репчатый лук нашинковать, спассеровать. Грибы отварить, мелко порубить, обжарить. Подготовленные продукты перемешать, добавив рубленое яйцо, соль, перец.

Приготовление фарша из яиц. Яйца сварить вкрутую,

очистить, мелко порубить, перемешать с поджаренным репчатым луком, посолить.

Оладьи картофельные по-мински

12 картофелин, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки сливочного масла, 4 дольки чеснока, соль.

Для фарша: 400 г свинины, соль, перец черный молотый.

Картофель очистить, промыть, сырой натереть на терке, посолить, перемешать. Оладьи обжарить с двух сторон на сильно разогретой сковороде. Готовые оладьи сложить в утятницу, смазанную маслом, переслоив их свиным фаршем, и поставить на 15–20 мин в духовку. При подаче оладьи посыпать мелко рубленным чесноком.

Клецки картофельные с грибами

10 картофелин, 3 столовые ложки масла или маргарина, 1 стакан сметаны, соль.

Для фарша: 40 г сушеных грибов, 1 головка репчатого лука, 2 столовые ложки масла или маргарина

Грибы перебрать, хорошо промыть, замочить на 2–3 ч в холодной воде. Набухшие грибы еще раз промыть и отварить в воде, в которой они набухали. Сваренные грибы вынуть из бульона, промыть теплой водой, мелко нарезать, обжарить с пассерованным луком.

Картофель очистить, промыть, сырой натереть на терке, отжать. Из отжатого отстоявшегося картофельного сока отделить крахмал, смешать его с натертым картофелем, добавив соль. Полученную массу разделать в виде небольших лепешек. На середину каждой лепешки положить комочек грибного фарша, закатать клецки, придав им круглую или овальную форму, обвалять в муке. Клецки обжарить в масле, положить в утятницу, залить сметаной и тушить в духовке в течение 30–40 мин.

Клецки картофельные с мясом

12 картофелин, 2 столовые ложки муки, 1 столовая

ложка масла, 1/2 стакана сметаны, соль.

Для фарша: 400 г свинины, 1 головка репчатого лука, соль, перец черный молотый.

Свинину пропустить через мясорубку, слегка обжарить, смешать с пассерованным луком, посолить, поперчить.

Картофель очистить, промыть, сырой натереть на терке, отжать. Когда картофельный сок отстоится, отделить крахмал, соединить его с натертым картофелем, добавить муку, соль, все перемешать и из полученной массы сформировать лепешки. На лепешки положить комочки фарша, закатать клецки, обвалять в муке, обжарить их, положить в утятницу, залить сметаной и поставить в духовку на 30–40 мин.

2. БЛЮДА ИЗ КАПУСТЫ

В настоящее время известно свыше 100 видов капусты.

Наибольшее распространение получили шесть видов, сформировавшихся около четырех тысяч лет назад в результате многовековой культуры: кочанная (белокочанная и краснокочанная) капуста, цветная, кольраби, брюссельская, савойская и листовая.

БЛЮДА ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ

Белокочанная капуста содержит витамины С, В1, В2, РР, каротин, минеральные вещества, в том числе калий, способствующий выведению из организма избыточной жидкости.

Благодаря незначительному содержанию углеводов капуста может быть рекомендована для больных диабетом, страдающих излишней полнотой. Свежий сок капусты используется для лечения язвенной болезни.

Белокочанную капусту можно длительное время использовать в свежем виде, солить и мариновать. Важнейшее достоинство квашеной белокочанной капусты — способность на протяжении всей зимы и весны хорошо сохранять витамин С (при условии правильного хранения). Эта ее особенность была известна уже в древние времена. Отправляясь в дальние плавания, моряки обязательно брали с собой квашеную капусту, чтобы избежать заболевания цингой.

Свежую белокочанную капусту используют для приготовления салатов, супов, вторых блюд, различных гарниров, а также в качестве начинки для пирогов. Для салатов и вторых блюд рекомендуется брать плотные кочешки капусты, для супов, голубцов, гарниров — рыхлые. Перед использованием капусту следует освободить от наружных зеленых листьев. В таких листьях содержится много витамина С, поэтому их не надо выбрасывать. Из зеленых капустных листьев получаются вкусные первые блюда.

Из квашеной белокочанной капусты приготавливают всевозможные блюда. Ее широко употребляют в сыром виде. Если квашеная капуста имеет кислый вкус, ее можно промыть холодной водой. Не следует промывать капусту горячей или теплой водой, так как при этом из нее вымываются питательные вещества.

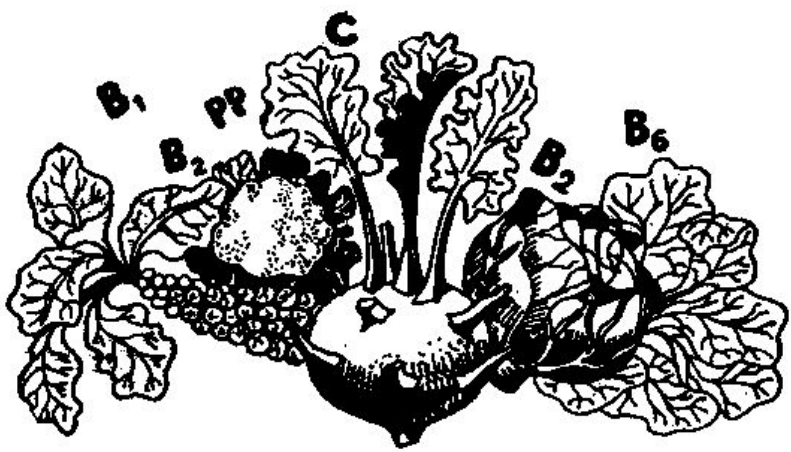
Для того чтобы избавиться от неприятного запаха при варке капусты, необходимо под крышку кастрюли на

непродолжительное время положить влажную холщовую салфетку. Если капусту тушат с добавлением уксуса, вводить его рекомендуется в конце варки, тогда капуста будет мягкой и нежной на вкус.

Белокочанная капуста с помидорами и жареным мясом

400 г белокочанной капусты, 300 г помидоров, 300 г мяса (или сосисок), 2–3 картофелины, 1 столовая ложка растительного масла или маргарина, 2 стакана бульона, 1 головка репчатого лука, соль.

Лук мелко нарезать, положить в глубокую сковородку или утятницу и обжарить. Капусту нашинковать, картофель нарезать кубиками и соединить с луком. В овощи влить бульон, добавить соль и все поставить тушить до мягкости. В конце тушения положить нарезанные дольками помидоры (или разведенную бульоном томатную пасту), добавить кусочки жареного мяса (или сосиски) и все вместе потушить еще несколько минут.



Капуста играет важную роль в питании.

Фаршированная капуста

1 кочан белокочанной капусты средней величины, 2 сырых яйца, 2 столовые ложки сливок, 2 столовые ложки растопленного масла, 2 столовые ложки мелких

просеянных сухарей, 1 стакан сметаны, сахар (по вкусу), соль, перец черный молотый, зелень петрушки или укропа.

Капусту освободить от верхних листьев, промыть, сверху в кочане острым ножом сделать круглое отверстие, через которое осторожно выбрать (вырезать) сердцевину, оставив слой верхних листьев толщиной 1 см. Вырезанную капусту мелко порубить, посолить, дать постоять, затем отжать сок, в капусту добавить сырые яйца, сливки, растопленное масло, сухари, сахар, перец, все перемешать. Полученной массой нафаршировать кочан, плотно уминая начинку. Кочан покрыть двумя капустными листами, обвязать прочной ниткой, опустить в кастрюлю, залить кипятком, посолить и варить до готовности (1–1,5 ч). Готовый кочан осторожно вынуть из кастрюли, положить на блюдо, убрать нитку. К блюду подать сметану и зелень петрушки или укропа.

Фаршированная капуста по-литовски

1 кочан белокочанной капусты средней величины, 300 г говядины (мякоти), 1 стакан сметаны, 100 г жира, 2 головки репчатого лука, соль, перец черный молотый, зелень петрушки или укропа.

Капусту освободить от верхних листьев, промыть, разрезать на четыре части, опустить на полчаса в кипящую несоленую воду, после чего откинуть на дуршлаг, дать остыть я осторожно отжать руками. Говядину пропустить через мясорубку или мелко дорубить, посолить, поперчить, смешать с мелко рубленным луком и жиром. Каждый кусок капусты между листьями нафаршировать полученной массой, наполненные четвертинки собрать в целый кочан. Кочан перевязать ниткой, опустить в кастрюлю, залить водой или бульоном и довести до готовности на среднем огне. Готовую капусту подать со сметаной, посыпав зеленью петрушки или укропа.

Котлеты из капусты

1 кг белокочанной капусты, 100 г манной крупы, 2 стакана молока, 3 сырых яйца, 1 стакан сухарей, 100 г масла, соль.

Капусту очистить, промыть, мелко порубить, опустить в кастрюлю, залить молоком. Кастрюлю прикрыть крышкой и

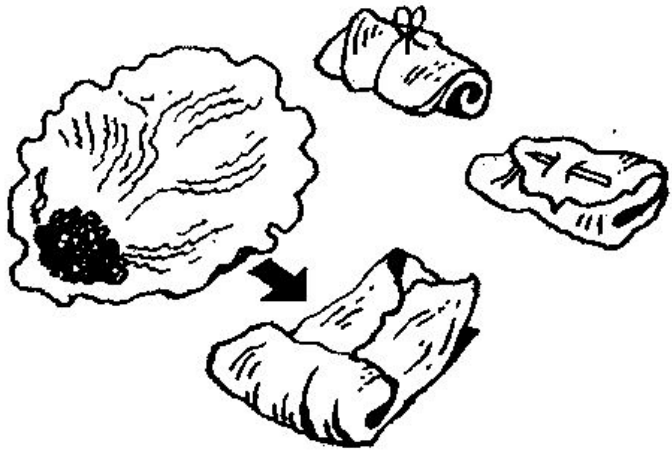
поставить на огонь. Когда капуста стушится, медленно всыпать в нее манную крупу, помешивая, чтобы не было комочков, и потушить еще 10 мин. Затем капусту снять с огня, посолить, добавить к ней яичные желтки, все перемешать, охладить. Из полученной массы сформировать котлеты, смочить их в яичном белке, запанировать в сухарях и обжарить с двух сторон. К котлетам можно подать сметану.

Голубцы с рисом, луком и яйцом

1 кг белокочанной капусты, 200 г риса, 100 г репчатого лука, 2–3 сваренных вкрутую яйца, 1 столовая ложка муки, 3 столовые ложки сливочного масла, 50 г томата-пюре, 150 г сметаны, соль, перец черный молотый, зелень укропа.

Капусту освободить от верхних листьев и кочерыжки, опустить в кастрюлю с горячей водой и варить 15–20 мин (до полуготовности), затем вынуть из кастрюли, опустить в 66 холодную воду, откинуть на дуршлаг, дать стечь воде. Готовую капусту разобрать на отдельные листья. Лук мелко порубить, спассеровать на масле, соединить с отваренным рисом и рублеными яйцами, посолить, поперчить. Полученный фарш плотно завернуть в капустные листья (в виде конверта). Голубцы перевязать ниткой, обвалять в муке, обжарить с двух сторон на масле, уложить в сотейник (утятницу), залить сметанным соусом (см. гл. 5, «Соусы»), томатом-пюре и тушить 25–30 мин. Готовые голубцы освободить от ниток, уложить на тарелки, полить сметаной, посыпать зеленью укропа и подать к столу.

Начинки для голубцов можно приготовить из риса, мяса и лука; из риса, грибов и лука; из кореньев, лука и грибов; из кореньев, лука и риса; из перловой крупы, лука и грибов. Доводить голубцы до готовности всегда следует в духовке, а не на плите, тогда они равномерно зарумянятся и не подгорят.



Приготовление голубцов.

БЛЮДА ИЗ КРАСНОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ

Краснокочанная капуста отличается от белокочанной не только сине-фиолетовой окраской, но и химическим составом. Она содержит больше витамина С и белка, лучше сохраняется в течение длительного времени, не теряя полезных свойств. Имеются сведения об использовании краснокочанной капусты в лечебных целях, в частности для профилактики заболевания желудка. Из краснокочанной капусты приготавливают салаты и другие блюда. Кроме того, ее используют для квашения.

Краснокочанная капуста к мясу, птице, рыбе, дичи

500 г краснокочанной капусты, 2 столовые ложки растопленного сала, 1 головка репчатого лука, 1 яблоко, 100 г красного сухого вина (или красного фруктового сока), соль, уксус (по вкусу), 2 шт. гвоздики.

Капусту нашинковать, потушить в растопленном сале, добавив нарезанное кусочками яблоко, мелко нашинкованный лук, соль, уксус и гвоздику. Перед окончанием тушения в капусту влить красное сухое вино или красный фруктовый сок. Готовую капусту подают к гусю, утке, дичи, свиному шницелю, котлетам и рыбе.

Краснокочанная капуста с яблоками

600 г краснокочанной капусты, 4 яблока, 60 г шпика, 2 головки репчатого лука, 2 чайные ложки сахара, соль, уксус (по вкусу), 2 шт. гвоздики.

Капусту нашинковать, положить в кастрюлю, посолить, добавить к ней сахар, гвоздику, уксус, мелко нарезанный шпик, лук, немного воды и потушить до полуготовности.

Яблоки очистить, освободить от сердцевины, нарезать дольками и уложить поверх капусты. Кастрюлю закрыть крышкой, поставить на огонь и довести капусту до готовности.

БЛЮДА ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ

Цветная капуста характеризуется высоким содержанием витаминов B1, B2, B3, PP и C, а также минеральных солей и белка. Она легко усваивается организмом, так как, имеет тонкую клеточную структуру, поэтому ее рекомендуют для диетического питания. Блюда из цветной капусты отличаются высокими вкусовыми качествами.

Перед приготовлением блюд из цветной капусты соцветия необходимо подержать в подсоленной воде (2 столовые ложки соли на 1 л воды) для удаления личинок и насекомых, заползающих в капусту при ее выращивании. Капуста будет вкуснее, если ее отварить в молоке. В капустных отварах содержатся ценные питательные вещества, поэтому их целесообразно использовать для приготовления соусов, супов и других целей. Рыхлые соцветия цветной капусты рекомендуются для супов, плотные — для вторых блюд и консервирования. Чтобы придать блюду более привлекательный вид, соцветия вареной капусты можно подкрасить соком свеклы (свекольным отваром).

Свежую цветную капусту следует хранить в темном месте. На свету капуста темнеет и приобретает горьковатый, неприятный привкус.

Цветная капуста, жаренная во фритюре

1 кочан цветной капусты средней величины, 2 сырых яйца, 50 г жира, соль, перец черный молотый.

Капусту разобрать на соцветия, промыть и сварить до полуготовности в подсоленной воде. Яйца взбить, добавив соль и

перец. Соцветия обмакнуть в яичную смесь и сразу же обжарить в разогретом жире до образования румяной корочки. Обжаренная во фритюре цветная капуста служит прекрасным гарниром к птице.

Цветная капуста запеченная

800 г цветной капусты, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка пшеничной муки, 1/2 стакана молока, 3 сырых яйца, 1 чайная ложка соли, перец черный молотый.

Капусту разобрать на соцветия, промыть, отварить в подсоленной воде до мягкости, откинуть на сито и протереть. Масло растопить в кастрюле, слегка обжарить в нем муку, добавив соль и перец. Непрерывно помешивая муку, влить в нее тонкой струйкой молоко, смесь довести до кипения, после чего кипятить на медленном огне не более 5 мин. Кастрюлю снять с огня. Слегка взбить яйца и тонкой струйкой при непрерывном помешивании ввести их в горячую смесь, затем к смеси добавить протертую цветную капусту и все перемешать. Смесь переложить из кастрюли в глубокую сковороду, смазанную маслом, сковороду поставить в духовку. Капусту запечь до образования румяной корочки.

Цветная капуста, жаренная с сухарями

1 кг цветной капусты, 150 г сливочного масла, панировочные сухари, соль, зелень укропа.

Цветную капусту промыть, отварить в подсоленной воде, разобрать на соцветия и обжарить с маслом на сковороде.

При подаче капусту обсыпать поджаренными в масле сухарями и зеленью укропа.

Цветная капуста, запеченная с сыром

1 кг цветной капусты, 3 чайные ложки муки, 1,5 стакана холодного отвара, в котором варилась капуста, 1,5 стакана молока, 2 столовые ложки масла, 3 столовые ложки тертого сыра, соль.

Плотные белые кочешки цветной капусты промыть, снизу надрезать крестообразно по стержню, отварить в подсоленной

воде, откинуть на дуршлаг. Охладить 1,5 стакана капустного отвара, развести в нем муку, затем влить его в кипящий отвар, в котором варилась цветная капуста. Отвар прокипятить до загустения, после чего влить в него тонкой струйкой молоко, добавить масло, соль, все прогреть, не доводя до кипения.

Цветную капусту нарезать букетиками, положить на смазанную маслом и посыпанную сухарями сковороду, посыпать тертым сыром, сбрызнуть растопленным маслом, слегка полить приготовленным на капустном отваре соусом, поставить в духовку и запечь до образования румяной корочки.

Остальной соус подать отдельно к готовому блюду.

БЛЮДА ИЗ КОЛЬРАБИ

Название «кольраби» происходит от слова «каулорапа», что значит «стеблевая репа». Такое название эта капуста получила не случайно. Ее плод представляет собой утолщенный мясистый стебель (стеблеплод). Сердцевина плода — белая, приятная на вкус мякоть.

По содержанию витамина С кольраби не уступает белокочанной капусте. Кроме того, она богата кальцием, сахаром (до 7 %), белком (2–3 %). Свежий сок кольраби обладает целебными свойствами. Его применяют для полоскания при воспалительных процессах в полости рта, употребляют внутрь для улучшения аппетита, при кашле, заболеваниях желудка и кишечника, болезнях печени, почек, селезенки, при атеросклерозе, малокровии.

Кольраби жарят, тушат, запекают, фаршируют, в сыром виде ее используют для приготовления салатов. Следует отметить недостаточную осведомленность потребителей о ценности этого овоща и возможностях его использования.

Пока кольраби выращивают, главным образом, овощеводы-любители.

Кольраби жареная

2 больших плода кольраби, 100 г масла, 2 сырых яйца, 2–3 столовые ложки муки, сок лимона, соль, зелень петрушки.

Кольраби очистить, промыть, нарезать кружочками и сварить в небольшом количестве воды, затем посолить, каждый кружочек обмакнуть во взбитое яйцо, обвалять в муке и обжарить в масле до золотисто-коричневого цвета. Готовую кольраби полить соком

лимона, посыпать зеленью петрушки и подать как самостоятельное блюдо или как гарнир к мясу. Обжаренные кружочки кольраби можно приправить майонезом, посыпать рубленой зеленью петрушки и подать к ужину в холодном виде.

Кольраби по-польски

1 кг кольраби, 140 г сливочного масла или маргарина, 2 сваренных вкрутую яйца, 1/2 стакана панировочных сухарей, сок лимона, соль.

Кольраби очистить, промыть, опустить в кипящую подсоленную воду и сварить до готовности, затем вынуть из воды, нарезать кружочками или соломкой и подать к столу с сухарным соусом.

Приготовление сухарного соуса. На горячей сковороде растопить масло, всыпать в него толченые, просеянные через сито сухари, обжарить их до золотистого цвета, посолить, добавить мелко рубленные яйца, сок лимона, все перемешать. Соус подать в соуснике.

Кольраби тушеная

500 г кольраби, 2 столовые ложки муки, 1 стакан сметаны, 1 столовая ложка томата-пюре, 2 столовые ложки масла, соль, перец черный молотый, корица, зелень петрушки.

Кольраби очистить, промыть, нарезать небольшими ломтиками, посолить, обвалять в муке и обжарить в масле. Обжаренные ломтики положить в кастрюлю, поперчить, заправить корицей и сметаной, смешанной с томатом-пюре, и поставить тушить на медленном огне на 30–40 мин, закрыв кастрюлю крышкой. Готовую кольраби посыпать мелко рубленной зеленью петрушки и подать как самостоятельное блюдо или в качестве гарнира.

БЛЮДА ИЗ БРЮССЕЛЬСКОЙ КАПУСТЫ

Особенность брюссельской капусты — своеобразное развитие боковых побегов, образующихся в пазухах листьев и развивающихся в виде небольших кочанчиков величиной от грецкого ореха до куриного яйца. Эта капуста богата каротином, витаминами B1, B2, PP, B6, минеральными веществами. В ней

содержится легкоусвояемый белок. В СССР распространен сорт Геркулес, а также сорт Рубин, используемый преимущественно для маринования. Брюссельская капуста является не только очень полезным, но и вкусным овощем. Ее жарят, запекают, тушат.

При обработке капусты необходимо аккуратно срезать кочанчики так, чтобы не рассыпались лепестки, иначе блюдо будет непривлекательным. Верхнюю часть растения с листьями можно использовать для приготовления отваров и других целей.

Капуста брюссельская, жаренная в масле

1 кг брюссельской капусты, 100 г сливочного масла, соль, перец черный молотый, зелень укропа.

Кочешки капусты срезать со стебля, промыть, подержать 10–20 мин в холодной воде, затем вновь промыть, опустить в кастрюлю с кипящей подсоленной водой и варить при бурном кипении воды до полуготовности, не закрывая кастрюлю крышкой. После этого капусту откинуть на дуршлаг, промыть холодной водой, обсушить. На сковороде растопить масло, положить в него кочешки капусты и обжарить их, периодически встряхивая сковороду. Готовую капусту заправить солью, растопленным маслом, перцем, посыпать зеленью укропа и подать как самостоятельное блюдо или как гарнир к мясу.

Брюссельская капуста по-милански

500 г брюссельской капусты, 3 столовые ложки масла или маргарина, 2 красных помидора, 2 ломтика ветчины, 2 столовые ложки тертого сыра, 2 столовые ложки панировочных сухарей, соль.

Кочешки капусты тщательно промыть, положить в кастрюлю с кипящей подсоленной водой, добавить немного масла. Капусту стушить до полуготовности, затем переложить на смазанную маслом и посыпанную панировочными сухарями сковороду, сверху покрыть нарезанными ломтиками помидорами, посыпать мелкими кусочками ветчины, сухарями, тертым сыром, поверх положить тонкие ломтики масла и все запечь в духовке до образования румяной корочки.

Тушеная брюссельская капуста

500 г брюссельской капусты, 30 г масла или маргарина, 1 головка репчатого лука, 1/2 лимона, 2–3 столовые ложки молока или сливок, соль, зелень петрушки.

Кочешки капусты промыть, положить в кастрюлю с небольшим количеством бульона, заправить маслом, солью, мелко нарезанным луком, измельченной цедрой лимона и потушить. Вкус капусты будет пикантнее, если к ней добавить немного молока или сливок. При подаче капусту заправляют зеленью петрушки.

3. БЛЮДА ИЗ ПОМИДОРОВ

Родина помидоров — Южная Америка. Индейцы называли их «томатль», что значит крупная ягода. В Европе помидоры впервые появились в середине XVI в. За яркую окраску французы назвали их «пом д'амур» («яблоко любви»), итальянцы — «помо ди оро» («золотое яблоко»). В России об этом овоще узнали в конце XVIII в. благодаря известному агроному, издателю агрономических журналов А.Т. Болотову, но только во второй половине XIX в. их стали широко употреблять в пищу. Сейчас помидоры выращиваются повсеместно. Красивая форма, яркая окраска, приятный вкус, возможность использования для самых разнообразных целей позволили помидорам занять прочное место на нашем столе.

Известно около 2000 сортов помидоров. Их различают по величине плодов, по форме (шаровидные, грушевидные, сливовидные с гладкой и ребристой поверхностью), по окраске (красные, оранжевые, желтые, розовые).

Помидоры употребляют в пищу свежими, солеными, маринованными, их можно жарить, тушить, фаршировать, использовать в качестве приправы для различных блюд. Промышленность перерабатывает помидоры в томатную пасту, томатный сок, томат-пюре, разнообразные соусы и др. В зрелых красных помидорах содержится много каротина и сахара. Недозрелые крепкие здоровые помидоры хорошо дозревают в домашних условиях, если их положить плодоножкой вверх в сухое теплое темное место. Чтобы нарезать помидоры красивыми тонкими кружочками, рекомендуется пользоваться специальным ножом-пилкой из пластмассы или нержавеющей стали.

Помидоры, фаршированные мясом и грибами

6—8 одинаковых по размеру зрелых, крепких помидоров, 200 г жареного мяса домашней птицы, 200 г вареных или жареных грибов, 2 сваренных вкрутую яйца, сок половины лимона, соль, перец черный молотый, зелень петрушки или укропа.

У помидоров срезать верхнюю часть (со стороны плодоножки), острым ножом или чайной ложкой аккуратно выбрать мякоть, помидоры посолить, поперчить, сбрызнуть соком лимона и наполнить фаршем, приготовленным из мелких кусочков жареного мяса, жареных грибов (шампиньонов,

боровиков, подосиновиков или подберезовиков) и выбранной из помидоров мякоти. На каждый помидор положить кружочек яйца. Помидоры уложить на блюдо, украсить зеленью.

Помидоры, фаршированные баклажанами

6—8 помидоров средней величины, 300 г баклажанов, 1 головка репчатого лука, 2–3 дольки чеснока, 2 сырых яйца, 2–3 столовые ложки растительного масла, 50 г сыра, соль, перец черный молотый, зелень петрушки или укропа.

У помидоров срезать верхнюю часть (со стороны плодоножки) и острым ножом аккуратно выбрать мякоть. Помидоры посолить, поперчить. Баклажаны почистить, мелко порубить, смешать с мякотью помидоров и мелко нарезанным луком, смесь обжарить в масле, добавить к лей мелко рубленный чеснок, соль, перец, яйца, все перемешать и полученной массой нафаршировать подготовленные помидоры, каждый помидор посыпать тертым сыром, покрыть срезанной верхушкой и сбрызнуть растительным маслом. Помидоры уложить на сковороду и запечь в духовке. Готовые помидоры украсить зеленью петрушки или укропа и подать горячими как второе блюдо или как холодную закуску.

Помидоры, фаршированные мясом

8 помидоров, 200 г вареного мяса, 2 столовые ложки риса, 1 головка репчатого лука, 2–3 столовые ложки масла, 50 г сыра, соль, перец черный молотый, зелень петрушки или укропа.

Помидоры подготовить, как указано в предыдущем рецепте. Мясо мелко порубить или пропустить через мясорубку, добавить к нему мелко рубленный обжаренный лук, отваренный рис, соль, перец, все перемешать. Полученным фаршем наполнить помидоры, уложить их на смазанную маслом сковороду, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом, поставить в духовку и запечь. Готовые помидоры посыпать зеленью петрушки или укропа, подать горячими (можно со сметаной).

Помидоры с рыбой

500 г помидоров, 750 г филе рыбы, 2 сырых яйца, 1 стакан молока, 2 головки репчатого лука, 1 столовая

ложка муки, 2 столовые ложки растительного масла, сок лимона, соль, перец черный молотый, зелень петрушки.

На смазанную жиром сковороду положить слоями куски рыбного филе, сбрызнуть их соком лимона, посолить, сверху положить слой помидоров, нарезанных ломтиками, на них еще слой рыбного филе. Верхний слой рыбы также сбрызнуть соком лимона, посолить и поперчить. Лук мелко порубить и смешать с яйцами, молоком, мукой и растительным маслом. Полученной массой валить верхний слой рыбы.

Сковороду поставить в духовку, помидоры с рыбой запечь до образования румяной корочки, при подаче посыпать зеленью петрушки. К готовому блюду можно подать сметану или сметанный соус.

Запеченные помидоры

800 г помидоров, 4 столовые ложки маргарина, 250 г панировочных сухарей, 200 г ветчины, соль, перец черный молотый, велень петрушки.

Помидоры опустить в горячую воду, затем в холодную, освободить от кожицы, нарезать ломтиками. После этого помидоры обвалять в сухарях, положить на сковороду, смазанную маргарином, на помидоры положить кусочки ветчины (ветчину можно заменить отварным мясом, колбасой, сосисками или сардельками), на ветчину — еще один слой помидоров в сухарях, верхний слой посолить, поперчить, положить на него тонкие ломтики маргарина, все запечь в духовке до образования румяной корочки. Готовые помидоры обильно посыпать зеленью петрушки.

4. БЛЮДА ИЗ БАКЛАЖАНОВ

Баклажаны — теплолюбивая культура. В Юго-Западную Европу они были завезены арабами из Индии. Плоды баклажанов — округлой, грушевидной или цилиндрической формы, желтые с коричневыми полосами, белые, зеленые или фиолетовые. В баклажанах содержатся сахар, белки, жиры, соли кальция, фосфора и железа. Плоды баклажанов жарят, тушат, маринуют, консервируют.

Перед приготовлением баклажаны рекомендуется разрезать на ломтики и подержать 5 мин в холодной подсоленной воде, это позволит удалить из них горечь. Чтобы мякоть баклажанов, была светлой, их запекают в духовке на сильном огне. Кожицу с горячих баклажанов легче снять, если плод держать под струей воды.

Баклажаны, запеченные с овощами

200 г баклажанов, 200 г помидоров, 400 г вареного картофеля, 1–2 столовые ложки масла или маргарина, 1 головка репчатого лука, 2–3 столовые ложки тертого сыра, соль, перец черный молотый, зелень петрушки.

Нарезанные кружочками баклажаны и помидоры смешать с мелко нарезанным луком и потушить с добавлением масла и соли. В форму, смазанную маслом, послойно положить нарезанный отварной картофель и баклажаны с помидорами, овощи поперчить, посыпать тертым сыром, рубленой петрушкой, поставить в духовку и запекать в течение 20–30 мин.

Баклажаны, фаршированные грибами

1 кг баклажанов, 1 головка репчатого лука, 100 г растительного масла, 200 г свежих грибов, 1 сырое яйцо, 300 г сметаны или сметанного соуса, соль.

Баклажаны разрезать вдоль на две части, выбрать из середины часть мякоти, половинки обжарить во фритюре.

Лук мелко нарезать, спассеровать на масле, соединить с мелко нарубленными отваренными грибами, мякотью баклажанов и сырым яйцом, все перемешать, посолить. Полученным фаршем заполнить половинки баклажанов, уложить их на противень, смазанный жиром, и запечь в духовке. К готовому блюду подать

сметану или сметанный соус.

Баклажаны с чесноком

500 г баклажанов, 100 г сметаны, 100 г майонеза, 100 г растительного масла, 2 столовые ложки муки, 3–4 дольки чеснока, соль, зелень петрушки.

Баклажаны нарезать кружочками, обвалять в муке, обжарить с обеих сторон в масле, положить в глубокую сковороду, слегка посолить, валить сметаной, смешанной с майонезом, запечь в духовке. Готовые баклажаны посыпать тертым чесноком и рубленой зеленью петрушки.

Баклажаны «соте»

1 кг баклажанов, 100 г сладкого перца, 150 г помидоров, 100 г сливочного масла, 100 г растительного масла, соль, зелень петрушки.

Баклажаны освободить от кожицы (у молодых баклажанов кожицу можно не снимать), нарезать кружочками, слегка посолить и обжарить в смеси сливочного и растительного масла. Помидоры мелко нарезать, обжарить, соединить с мелко нарезанным испеченным сладким красным перцем, посолить. На блюдо уложить обжаренные кружочки баклажанов, на каждый кружочек ложкой положить смесь помидоров с перцем. Готовые баклажаны посыпать рубленой зеленью петрушки и подать горячими как самостоятельное блюдо или как гарнир к мясу.

Фаршированные баклажаны по-египетски

2 баклажана, 300 г фарша из баранины, 3–4 помидора, 2–3 столовые ложки тертого сыра, 2–3 дольки чеснока, соль, перец черный молотый, зелень петрушки.

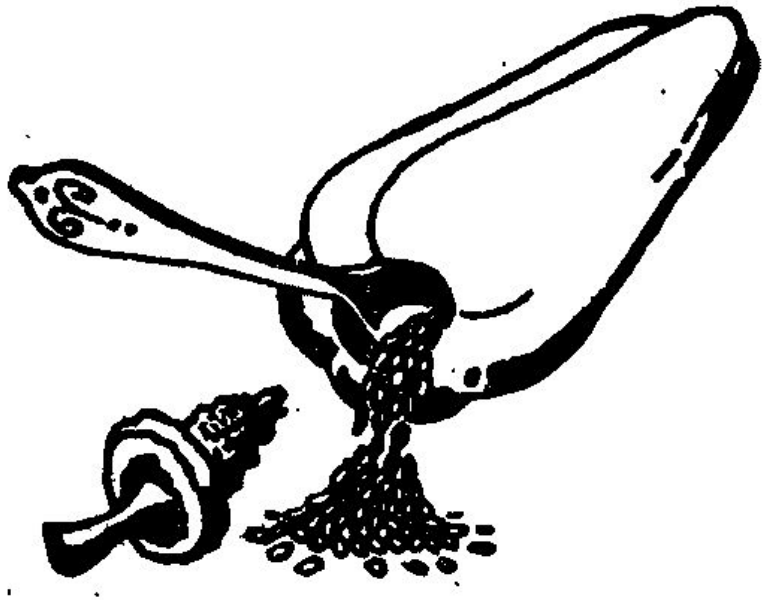
Баклажаны разрезать вдоль, вынуть из середины мякоть, смешать ее с фаршем, мелко рубленным чесноком, солью и перцем. Полученным фаршем заполнить половинки баклажанов, на каждую половинку положить кружочки помидоров. Баклажаны сложить на сковороду, посыпать тертым сыром и запечь в духовке. При подаче баклажаны посыпать рубленой зеленью петрушки.

5. БЛЮДА ИЗ КРАСНОГО СЛАДКОГО ПЕРЦА (ПАПРИКИ)

Сладкий перец содержит такие ценные для организма вещества, как витамин С (больше, чем в других овощах), витамины В1, В2, Е, каротин, рутин (в 2 раза больше, чем в лимонах). Его можно употреблять как в свежем виде, так и переработанным. Перец повышает аппетит.

Зеленые и желтые плоды перца чаще используют для супов, фарширования, запекания. Для салатов и бутербродов рекомендуются ярко окрашенные плоды. Блюда, приготовленные из красного перца, не только приятны на вкус, они украшают стол.

Из плодов перца, при их переработке, необходимо удалить семена. Если перец предназначен для фарширования, тонким острым ножом осторожно надрезают мякоть вокруг плодоножки и извлекают верхушку вместе с семенами, при этом весь плод должен остаться неповрежденным. При использовании перца для салата плоды можно разрезать вдоль и аккуратно выбрать из них семена.



Приготовление перца.

Перец, фаршированный мясом

1 кг перца, 500 г вареного мяса, 2 головки репчатого лука, 2 столовые ложки масла или маргарина, 2 стакана мясного бульона, 200 г сметаны или сметанного соуса с томатом, соль, перец черный молотый, зелень петрушки или укропа.

Стручки перца одинакового размера и формы промыть, освободить от плодоножек с семенами, опустить на 1–2 мин в кипящую воду, откинуть на дуршлаг, дать остыть. Мясо мелко порубить или пропустить через мясорубку, смешать с пассерованным на масле луком, посолить, поперчить. Полученным фаршем плотно заполнить подготовленные стручки перца, установить их в один ряд в сотейник или в неглубокую кастрюлю, залить бульоном, закрыть крышкой и поставить тушить на медленном огне на 40–50 мин. Готовый перец подать со сметаной или сметанным соусом, украсив веленью петрушки

или укропа.

Перец, фаршированный мясом и рисом

1 кг перца, 250 г вареного мяса, 200 г риса, 2 головки репчатого лука, 2 столовые ложки маргарина или масла, 2 столовые ложки бульона, 1 стакан сметаны, соль, перец черный молотый, велень петрушки или укропа.

Перец подготовить, как указано в предыдущем рецепте.

Рис отварить до полуготовности, соединить с пропущенным через мясорубку мясом и спассерованным луком, посолить, поперчить. Полученным фаршем наполнить стручки перца, поместить их в сотейник или другую неглубокую посуду, залить бульоном, закрыть крышкой и поставить тушить на медленном огне на 40 мин. Готовый перец посыпать зеленью петрушки или укропа. К перцу подать соусник со сметаной.

Перец, фаршированный овощами

1 кг перца, 500 г моркови, 300 г репчатого лука, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 100 г растительного масла, соль, перец черный молотый, 1/2 стакана томатного соуса, зелень петрушки или укропа.

Перец подготовить, как указано выше. Морковь, петрушку и сельдерей нарезать мелкими кубиками, обжарить в масле, после чего смешать с пассерованным луком. В овощи добавить соль, перец и плотно нафаршировать ими стручки перца, уложить их в сотейник, залить томатным соусом и поставить тушить в духовку на 30 мин. Готовый перец посыпать зеленью петрушки или укропа.

Перец, жаренный с чесноком

500 г перца, 2–3 дольки чеснока, 3 столовые ложки растительного масла, соль.

Перец освободить от семян, промыть, посолить изнутри. На раскаленную сковородку налить растительное масло, уложить плашмя стручки перца, сковороду закрыть крышкой. Перец обжарить с двух сторон. Чеснок натереть на мелкой терке или истереть в ступке. Обжаренные стручки положить на тарелку,

посыпать чесноком, полить со сковороды сочком. Перец можно подать горячим или как холодную закуску.

Перец с лисичками

8 стручков перца, 1 головка репчатого лука, 50 г шпика, 250 г лисичек, 500 г помидоров, соль, зелень петрушки.

Лук мелко нарезать, обжарить со шпиком, затем соединить с лисичками, очищенными, нарезанными дольками помидорами и нашинкованными стручками перца, очищенного от семян. Все перемешать, посолить и потушить в духовке.

Готовое блюдо обильно посыпать рубленой зеленью петрушки.

Лечо по-венгерски

300 г перца, 250 г помидоров, 30 г ветчины, 2–3 головки репчатого лука, 1–2 столовые ложки свиного жира, соль, перец красный жгучий молотый.

Стручки перца, освобожденного от семян, нарезать широкими полосками, очищенные помидоры — половинками, лук — кольцами, ветчину — кубиками. В глубокой сковороде растопить свиной жир и обжарить в нем подготовленные овощи и ветчину. Затем все посолить, заправить красным жгучим перцем и потушить на плите или в духовке, прикрыв сковороду крышкой.

6. БЛЮДА ИЗ ТЫКВЫ

В Европу тыква завезена из Центральной Америки в XVI в. По калорийности она близка к цветной капусте. Тыква легко усваивается организмом, поэтому ее можно рекомендовать для диетического питания. Из тыквы можно варить вкусные каши (с добавлением круп и без них), ее можно жарить, запекать. Очень вкусны и полезны тыквенные семечки.

Тыква жареная

500 г тыквы, 100 г растительного масла, соль, зелень петрушки или укропа.

Тыкву освободить от кожицы и семечек, нарезать тонкими ломтиками, посолить, обжарить в растительном масле.

Готовую тыкву обильно посыпать мелко рубленной зеленью петрушки или укропа.

Тыква под молочным соусом

1 кг тыквы, 1 стакан молока, 1 столовая ложка муки, 1 столовая ложка сахара, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки панировочных сухарей, соль.

Из молока, муки, сахара и масла приготовить молочный соус (см. гл. 5, «Соусы»). Тыкву освободить от кожицы и семян, нарезать ломтиками, посолить, обжарить в растительном масле, залить молочным соусом, посыпать сухарями, сбрызнуть растопленным маслом и запечь в духовке (на сковороде или в неглубокой кастрюле).

Суфле из тыквы

1 кг тыквы, 180 г манной крупы, 120 г муки, 9 сырых яиц, 60 г сыра, 120–150 г сливочного масла, 0,5 л молока, 2 чайные ложки сахара, соль.

Тыкву освободить от кожицы и семян, нарезать кусочками, положить в кастрюлю, залить молоком и довести до готовности, затем добавить к ней манную крупу и поварить 10–15 мин при непрерывном помешивании. Готовую кашу протереть через сито.

В кастрюльке растопить масло, прогреть в ней муку (не поджаривая), влить молоко, все перемешать и поварить 3–5 мин. Полученный соус соединить с протертой тыквой, добавить желтки, соль, сахар, все тщательно перемешать. Когда масса остынет, ввести в нее взбитые белки, осторожно перемешивая все сверху вниз. Массу переложить на смазанную маслом и посыпанную мукой или сухарями сковороду, посыпать тертым сыром, сбрызнуть растопленным маслом, поставить в горячую духовку и запечь до образования румяной корочки. Суфле подать с молочным соусом (см. гл. 5, «Соусы»).

7. БЛЮДА ИЗ КАБАЧКОВ

Кабачки являются разновидностью тыквы. Плод кабачка — цилиндрической или округлой формы. Наиболее вкусны молодые плоды небольших размеров с нежной кожицей и мелкими неразвитыми семенами. Кабачки содержат сахар, белки, жиры и другие полезные вещества, они хорошо усваиваются организмом. Из кабачков приготавливают разнообразные блюда. Широкое признание получила кабачковая икра.

Разновидностью тыквы являются также патиссоны. По вкусу они близки кабачкам, но имеют более плотную мякоть. Патиссоны используют для приготовления диетических блюд. В консервированном виде они представляют деликатесную закуску. Как и кабачки, патиссоны можно жарить, запекать, фаршировать.

Кабачки жареные

500 г кабачков, 1 сырое яйцо, 2 столовые ложки молока, 3 столовые ложки муки, 100 г растительного масла, 100 г сметаны, соль, зелень укропа.

Кабачки промыть, освободить от кожицы (у молодых плодов нежную тонкую кожицу можно не срезать), нарезать кружочками (толщиной не менее 1 см), посолить, обмакнуть в яйцо, смешанное с молоком, обвалять в муке и обжарить в масле с двух сторон. Обжаренные кабачки сложить в глубокую сковороду, залить сметаной, прикрыть крышкой и слегка потомить в духовке. Кабачки подать горячими, посыпав мелко рубленной зеленью укропа.

Кабачки фаршированные

1 кг кабачков, 800 г моркови, 250 г капусты, 100 г петрушки и сельдерея, 150 г репчатого лука, 100 г сливочного масла, 500 г сметаны, соль.

Ровные по всей длине кабачки очистить от кожицы, срезать концы. Ложкой или острым ножом освободить кабачки от семян и наполнить их фаршем, приготовленным из мелко нарезанных овощей. Кабачки обжарить со всех сторон, положить в неглубокую кастрюлю, посолить, залить сметаной и поставить тушить на 30–40 мин, закрыв кастрюлю крышкой. В качестве начинки можно использовать кроме овощного крупяной, грибной или мясной

фарш.

Кабачки по-итальянски

500 г кабачков, 1–2 столовые ложки сливочного масла, 1 головка репчатого лука, 8Л стакана бульона, 1 стакан томатного соуса, 50 г шпика, 1 сваренное вкрутую яйцо, 50 г тертого сыра, соль, велень укропа.

Кабачки очистить, нарезать кубиками и потушить в масле, добавив мелко нарезанный лук и бульон. Затем кабачки заправить томатным соусом, посолить, посыпать рубленым яйцом и тертым сыром, залить жареным шпиком и запечь в духовке (запекать 10 мин). При подаче кабачки посыпать зеленью укропа.

Кабачки по-швейцарски

500 г кабачков, 1–2 столовые ложки растительного масла, соль.

Кабачки очистить, нарезать очень тонкими кружочками и зажарить в горячем растительном масле (во фритюре) до золотистого цвета. Готовые кабачки вынуть шумовкой, посолить и подать к столу горячими.

Кабачки по-румынски

3 мелких кабачка, 500 г помидоров, 1 столовая ложка муки, 100 г брынзы, 2 столовые ложки сливочного масла, соль.

Кабачки очистить, нарезать кружочками, посолить, обвалять в муке, обжарить, уложить слоями в сотейник, смазанный маслом, чередуя кабачки с помидорами, нарезанными тонкими ломтиками, и кусочками брынзы, все полить растопленным маслом и запечь в духовке.

Оладьи из кабачков

400 г кабачков, 200 г муки, 50 г масла, 2 сырых яйца, соль.

Кабачки очистить от кожицы, освободить от семян, натереть на терке, добавить к ним яйца, соль, муку, все хорошо размешать.

Если масса окажется густой, ее можно слегка разбавить молоком. Из полученной массы жарить оладьи на хорошо разогретой сковороде. Оладьи подавать горячими со сметаной.

8. БЛЮДА ИЗ КРАСНОЙ СВЕКЛЫ

Свекла — очень древнее культурное растение. Первые упоминания о ее выращивании в Центральной Европе относятся к XII–XIII вв. Красная свекла — ценнейший продукт. Она отличается высоким содержанием витаминов, углеводов, минеральных солей. Лучшими по вкусу являются некрупные плоды круглой формы, имеющие ровную ярко-красную окраску.

Столовая свекла к жаркому

500 г свеклы, 50 г шпика, 1–2 яблока, 1 стакан фруктового сока, соль, сахар по вкусу, сок лимона, корица, гвоздика.

Шпик растопить в кастрюле, добавить к нему свеклу и яблоки, натертые на крупной терке, фруктовый сок, соль, сахар, сок лимона, корицу и гвоздику, все перемешать и потушить до готовности. Особую пикантность этому блюду придает добавление красного вина.

Столовая свекла по-французски

400 г свеклы, 1 столовая ложка растительного масла, ½ стакана красного вина, 3–4 дольки чеснока, соль, перец черный молотый.

Свеклу нарезать кружками и потушить на растительном масле, добавив вино я перец. Готовую свеклу посыпать тертым с солью чесноком.

Свекла, тушенная в сметане

500 г свеклы, 1 морковь, 1 корень петрушки или сельдерея, 1 стакан сметаны, 1 столовая ложка сока лимона, 1 столовая ложка сахара, 1 столовая ложка муки, 2 столовые ложки масла, соль.

Свеклу, морковь и петрушку нарезать соломкой, положить в сотейник, сбрызнуть соком лимона, добавить масло, немного воды и все потушить под крышкой в течение 40–50 мин, периодически помешивая. Готовые овощи приправить пассерованной мукой, солью, сахаром и сметаной.

9. БЛЮДА ИЗ БРЮКВЫ

Брюква, как и свекла, — одно из древнейших культурных растений. Она хорошо сохраняется почти в течение всей зимы. Так как этот овощ содержит мало углеводов, его полезно употреблять больным сахарным диабетом. Из брюквы можно приготовить очень вкусные блюда.

Брюква, тушенная с картофелем

600 г брюквы, 400 г картофеля, 100 г шпика, 1 стакан сметаны, 1/2 стакана томатного соуса, 1/2 стакана бульона, соль, 1 чайная ложка тмина, 1–2 столовые ложки рубленой петрушки.

Брюкву и картофель очистить, промыть, нарезать кубиками, положить слоями в глубокую сковороду, добавить обжаренные кусочки шпика и тмин. Овощи посолить, залить сметаной, смешанной с томатным соусом и бульоном, накрыть крышкой и поставить тушить в духовку на 40–50 мин. Готовые овощи подать горячими, посыпав зеленью петрушки.

Брюква, фаршированная грибами

1 кг брюквы, 300 г грибов, 3 столовые ложки сливочного масла, 2 головки репчатого лука, 1 стакан сметаны, соль.

Брюкву испечь, срезать с нее кожицу, вынуть из сердцевины мякоть. Грибы промыть, порубить, обжарить в масле, смешать с рубленой мякотью брюквы и обжаренным луком, посолить. Полученной массой нафаршировать брюкву, уложить ее в сотейник, залить маслом и поставить тушить в горячую духовку на 30 мин, накрыв сотейник крышкой.

После этого брюкву залить сметаной и запечь до образования румяной корочки.

Брюква, фаршированная мясом

1 кг брюквы, 400 г вареного или жареного мяса, 1–2 сырых яйца, 2 столовые ложки масла, 2 столовые ложки панировочных сухарей, 1/2 стакана сливок, соль, перец черный молотый.

Брюкву очистить, промыть, острым ножом срезать у каждой брюквины верхушку и аккуратно вырезать сердцевину. Мясо порубить или пропустить через мясорубку, смешать с яйцами, поперчить, добавить к нему растопленное масло, сливки, сухари, все перемешать и смесью начинить брюквины. Каждую брюквину накрыть срезанной верхушкой. Брюкву положить на сковороду, смазанную маслом, и поставить в духовку тушить на 1 ч. Готовую брюкву подать с соусом.

Приготовление соуса. В кастрюле растопить полторы столовые ложки сливочного масла, добавить к нему при постоянном помешивании такое же количество муки, 1,5 стакана горячего молока, немного соли, перца, мелко рубленный укроп, все прокипятить.

Брюква фаршированная

4 брюквы среднего размера, 2 столовые ложки растительного масла, 1/2 стакана сливок или молока, 2 столовые ложки панировочных сухарей, 2 сырых желтка, сахар по вкусу, соль, мускатный орех.

Брюкву очистить, промыть, отварить в воде без соли до полумягкости, после этого срезать у каждой брюквины верхушку, аккуратно выбрать ложкой сердцевину, протереть ее через сито или дуршлаг, смешать с маслом, сливками или молоком, желтками, солью, сахаром, мускатным орехом и молотыми сухарями (если масса недостаточно густая, в все следует добавить еще молотые сухари). Полученной массой нафаршировать брюквины, каждую брюквину накрыть срезанной верхушкой, полить растопленным маслом, посыпать сухарями, положить на сковороду и запечь в духовке до образования румяной корочки. Готовую брюкву подать с соусом, приготовленным по приведенному выше рецепту.

10. БЛЮДА ИЗ МОРКОВИ

Морковь была завезена в Европу в XII в. арабами. По содержанию каротина (провитамина А) морковь превосходит многие другие овощи. Она богата также витаминами Е, К, В1, В2, РР, В6, С и минеральными веществами. Морковь произрастает почти повсеместно, она хорошо сохраняется зимой. Из моркови приготовляют разнообразные блюда, ее используют как приправу к другим блюдам, для салатов, в качестве начинки для пирогов.

Морковь в молочном соусе

500 г моркови, 1 чайная ложка сахара, 1 столовая ложка масла, соль.

Морковь очистить, промыть, нарезать кубиками, положить в кастрюлю, залить водой или бульоном, добавить к ней сахар, масло, соль и поставить тушить на 25–30 мин, прикрыв кастрюлю крышкой. Готовую морковь залить молочным соусом (см. гл. 5. «Соусы»).

Морковь, жаренная в масле

1 кг моркови, 70 г масла или маргарина, 1 чайная ложка сахара, соль, перец черный молотый, зелень петрушки или укропа.

Морковь очистить, промыть, обсушить, нарезать тонкими кружочками, положить на горячую сковороду с растопленным маслом, обжарить до готовности, переложить в тарелку, посолить, поперчить, заправить сахаром и маслом, посыпать зеленью петрушки или укропа.

Морковные котлеты

1 кг моркови, 1/2 стакана манной крупы, 3 столовые ложки масла, 1 стакан молока, 3 сырых яйца, 1 чайная ложка сахара, соль, панировочные сухари.

Морковь очистить, промыть, натереть на крупной терке, опустить в кастрюлю, залить горячим молоком или бульоном, добавить соль, сахар, столовую ложку масла и поставить тушить, периодически помешивая. Когда морковь будет готова, добавить к

ней манную крупу и, помешивая, поварить на слабом огне 5–8 мин, после чего морковь охладить до температуры 50–60 °С, добавить желтки, все перемешать.

Из охлажденной массы сформовать котлеты, обмакнуть их в яйцо, обвалять в сухарях и обжарить с обеих сторон. Котлеты подать со сметаной или молочным соусом.

11. БЛЮДА ИЗ СЕЛЬДЕРЕЯ

Родиной сельдерея считается Италия, однако известно, что эта культура возделывалась древними египтянами и греками. Изображение листьев сельдерея встречается на греческих монетах, относящихся к V в. до н. э.

По содержанию питательных веществ и вкусовым качествам сельдерей не уступает ни одной из овощных культур. Листья его содержат аскорбиновую кислоту, каротин, витамины В1, В2 и РР, витамин У — противоязвенный фактор, соли кальция, магния, железа и калия.

Листья сельдерея служат хорошей приправой для различных блюд. Корнеплоды употребляют в пищу в свежем, вареном, жареном и тушеном виде. Свежий корень сельдерея натирают на терке или шинкуют тонкой соломкой, добавляют к нему сок лимона, яблоко, майонез. Отварные корнеплоды заправляют солью, маслом, сметаной, сыром, горчицей. Блюда из сельдерея используют в качестве гарнира к мясу и рыбе. Корни сельдерея быстро темнеют, поэтому при использовании в сыром виде их обязательно следует сбрызгивать соком лимона.

По содержанию питательных веществ и вкусовым качествам сельдерей не уступает ни одной из овощных культур.

Сельдерей к жареному мясу, рыбе, картофелю

2 крупных корня сельдерея, 1–2 столовые ложки растительного масла или маргарина, 2 столовые ложки муки, 1 желток, 1 стакан воды, сок половины лимона, соль.

Сельдерей тщательно промыть, очистить, нашинковать, положить в кастрюлю, залить водой и слегка поварить. Муку обжарить в масле (до светло-желтого цвета), разбавить отваром, в котором варился сельдерей, заправить желтком и смешать с тушеным сельдереем, добавив немного соли и сок лимона. Готовое блюдо можно украсить зеленью мелко рубленной петрушки или сельдерея.

Сельдерей по-гречески

2 корня сельдерея, 1 столовая ложка растительного масла, 2–3 помидора, 1 головка репчатого лука, сок половины лимона, 1/4 стакана красного вина, соль.

Сельдерей промыть, очистить, нашинковать соломкой, сбрызнуть соком лимона, положить в небольшую посуду, потушить в масле, посолить. Помидоры нарезать кружочками, лук — кольцами, добавить их к полуготовому сельдерею, все перемешать и довести до готовности. Овощи можно подать как в горячем, так и в холодном виде, приправив вином.

Сельдерей по-итальянски

2 корня сельдерея, 1 столовая ложка растительного масла, 50 г копченого сала, 1 морковь, 1 головка репчатого лука, 1 кольраби, 1 столовая ложка муки, 2 помидора, соль, зелень петрушки или сельдерея.

Сельдерей промыть, очистить, нарезать соломкой и потушить в масле с добавлением небольшого количества воды.

Копченое сало нарезать кубиками, морковь и кольраби — соломкой, лук — мелко нашинковать. Морковь и лук обжарить с салом, добавить кольраби и муку, а также отвар, в котором тушился сельдерей, и нарезанные дольками помидоры, все довести до готовности, после чего смешать с тушеным сельдереем, посолить, приправить мелко рубленной зеленью.

Сельдерей по-испански

2 корня сельдерея, 1,5 стакана крепкого мясного бульона, 1 головка репчатого лука, 2 помидора, 1 столовая ложка муки, 1/4 стакана мадеры или красного вина.

Сельдерей промыть, очистить, нарезать соломкой и потушить в крепком мясном бульоне, добавив нашинкованный лук, очищенные, нарезанные дольками помидоры, поджаренную до золотистого цвета муку и вино.

12. БЛЮДА ИЗ ГРИБОВ

Грибы употребляют в пищу во многих странах мира. В нашей стране съедобные грибы растут почти повсеместно, включая Крайний Север, степи Средней Азии, леса Кавказа, горные районы Алтая, Камчатки, Чукотки и даже Памира.

Грибы служат дополнительным источником белка в питании. В них содержатся жиры, витамины В1, РР, Д, в белых грибах и лисичках обнаружен витамин А. Кроме того, в грибах много минеральных веществ. Опята, маслята, шампиньоны, лисички содержат цинк и медь. По количеству калия, фосфора и серы грибы превосходят не только овощи, но и многие фрукты. В них много экстрактивных веществ, имеются аминокислоты, ароматические вещества.

Грибы — национальный деликатес русской кухни. Их сушат, маринуют, солят, консервируют. Из грибов приготавливают самые разнообразные кушанья: закуски, супы, вторые блюда, пироги, соусы.

Грибы жаренные с луком и салом

450 г свежих грибов, 1 головка репчатого лука, 100 г шпика, соль.

Грибы очистить, ошпарить кипятком, промыть, нарезать и обжарить на шпике, добавить лук, соль и все довести до готовности.

Биточки грибные

500 г свежих грибов, 40 г белого хлеба, 1 головка репчатого лука, 1 сырое яйцо, 1 столовая ложка панировочных сухарей, 2 столовые ложки растительного масла, соль, зелень петрушки или укропа.

Грибы перебрать, очистить, промыть, опустить в кипящую воду на 2–3 мин, дважды пропустить через мясорубку, добавив замоченный в молоке хлеб и лук. В полученную массу добавить яйцо, соль, тщательно все перемешать, сформовать биточки, запанировать их в сухарях и обжарить в растительном масле. Биточки подать с картофельным пюре, посыпав их мелко рубленной зеленью петрушки или укропа.

Голубцы с грибами

500 г свежей капусты, 300 г свежих грибов, 2 головки репчатого лука, 3–4 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки маргарина, 2 стакана сметанного соуса с томатом, соль.

Кочан капусты очистить от верхних листьев, освободить от кочерыжки, опустить на 3–5 мин в кипящую воду, зачем разобрать на листья, черешки слегка отбить. Грибы промыть, отварить, мелко нарезать, перемешать с пассерованным луком, посолить и обжарить. Полученный грибной фарш завернуть в капустные листья в виде конвертов. Голубцы обжарить, положить в утятницу, залить соусом, закрыть крышкой и тушить 30–40 мин.

Запеканка из сморчков (строчков)

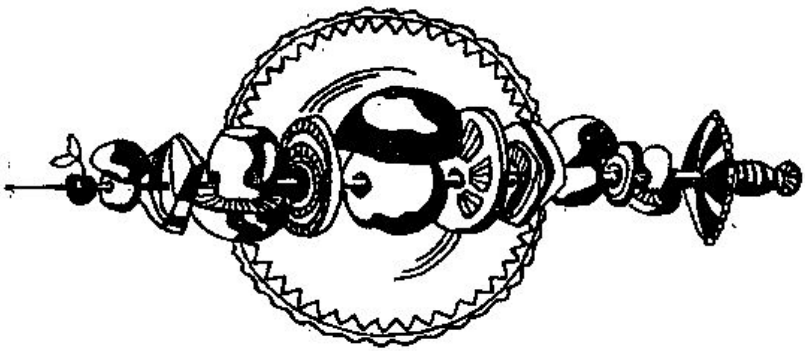
300—400 г сморчков или строчков, 1–2 столовые ложки муки, 1 стакан сметаны, 2 столовые ложки сливочного масла, соль, зелень укропа.

Сморчки, или строчки, перебрать, тщательно промыть, прокипятить в течение 10–15 мин, воду слить (отвар этих грибов использовать нельзя), грибы промыть холодной водой, нарезать кусочками, обжарить в масле, посолить. К грибам добавить муку, хорошо их перемешать, положить в глиняный горшочек или на эмалированную сковороду, залить сметаной и запечь в духовке. При подаче грибы посыпать зеленью укропа.

Шашлык из грибов

500 г разных свежих грибов (белых, дубовиков, подберезовиков, подосиновиков, моховиков), 3–5 головок репчатого лука, 100 г шпика, соль.

Грибы очистить, тщательно промыть, отварить в течение 15 мин, откинуть на дуршлаг, дать стечь воде, после этого грибы нанизать на шампуры, чередуя с кружочками лука и тонкими пластинками шпика и зажарить над углями костра или на сковороде. К грибам можно подать соус «Кетчуп», зелень укропа или петрушки, сладкий перец.



Шашлык из грибов.

Помидоры, фаршированные грибной икрой

10—12 спелых крепких помидоров, 400–500 г свежих грибов, 2 столовые ложки растительного масла, 2 головки репчатого лука, соль, перец черный молотый, зелень петрушки или укропа, листья зеленого салата.

Грибы очистить, перебрать, промыть, отварить, откинуть на дуршлаг, дать стечь воде, затем грибы порубить в деревянном корытце или деревянной миске, перемешать с пассированным луком, пропустить через мясорубку, добавить соль, перец. Верхнюю часть (примерно одну треть) у помидоров аккуратно срезать, ложкой выбрать мякоть, образовавшееся углубление заполнить грибной икрой. Блюдо украсить листьями зеленого салата, на них положить фаршированные помидоры, посыпав их мелко рубленной зеленью петрушке или укропа.

Омлет с грибами

300—400 г грибов (сморчков, шампиньонов, сыроежек, лисичек, подосиновиков, подберезовиков или моховиков), 2 столовые ложки масла, 2–3 сырых яйца, 1 головка репчатого лука, 3/4 стакана молока, 1 ложка муки, соль, зелень укропа.

Грибы перебрать, очистить, промыть, отварить, обжарить в масле на сковороде, смешать с пассерованным луком и мукой, залить яйцами, взбитыми с молоком, посолить и запечь в духовке. При подаче грибы посыпать мелко рубленной зеленью укропа.

Макароны, запеченные с грибами

250 г вареных макарон, 500 г свежих грибов, 50 г жира, 1 небольшая головка репчатого лука, 3 сырых яйца, 1 стакан молока, соль.

Грибы перебрать, очистить, промыть, отварить, нарезать и обжарить в разогретом жире вместе с луком, нарезанным кубиками, затем добавить соль и тушить грибы до готовности. В глубокую сковороду с разогретым жиром положить половину макарон, разровнять, на макароны положить грибы, сверху — оставшиеся макароны, все залить молоком, смешанным со взбитыми яйцами и солью. Макароны с грибами запечь в духовом шкафу.

Говядина с грибами и рисом

400 г говядины, 1 стакан риса, 200 г шампиньонов, 1 л бульона, 3 столовые ложки масла или маргарина, 4 помидора, соль, тертый сыр, зелень укропа.

Мясо промыть, нарезать кубиками, обжарить в разогретом масле, положить в кастрюлю, добавить рис и бульон, кастрюлю накрыть, крышкой и поставить на небольшой огонь. Мясо с рисом потушить до полу готовности риса, затем добавить нарезанные дольками грибы и помидоры, все посолить, посыпать тертым сыром и довести до готовности.

При подаче мясо посыпать рубленой зеленью укропа.

Грибы, тушенные по-охотничьи

750 г грибов, 6 стручков зеленого перца, 1 головка репчатого лука, 50 г жира или маргарина, 1 столовая ложка муки, 3 помидора или 3 столовые ложки томатной пасты, соль, тмин, зелень петрушки.

Грибы, перец и лук нарезать и потушить в горячем жире, затем добавить тмин, немного горячей воды, муку и все тушить до готовности. В конце тушения положить нарезанные помидоры, овощи посолить и посыпать зеленью петрушки.

Гуляш из грибов

1 кг свежих грибов, 75 г копченого шпика, 1 стручок

зеленого перца, 4 небольшие головки репчатого лука, 4 помидора, 100 г сметаны, 100 г сливок, соль, перец черный молотый, зелень петрушки.

Грибы очистить, нарезать крупными кусками. Помидоры обдать кипятком, освободить от кожицы и семян и нарезать полосками. Шпик, зеленый перец и лук нарезать кубиками. Шпик вышкварить, обжарить в нем лук и зеленый перец, затем добавить грибы и помидоры, все потушить не более 2 мин. После этого грибы заправить перцем, сливками и сметаной, посолить и тушить 15 мин. Готовый гуляш посыпать рубленой зеленью петрушки.

Гуляш из баранины с грибами

500 г баранины, 250 г лисичек или других грибов, 1–2 головки репчатого лука, 3 стакана бульона, 1 стебель лука-порея, 100 г сельдерея, 100 г моркови, 100 г зеленой фасоли, 3 столовые ложки муки, 2 столовые ложки жира, 1/2 стакана красного вина, соль, сладкий перец.

Мясо нарезать кубиками, посолить, обвалять в муке и обжарить в разогретом жире. Лук-порей, сельдерей и морковь нарезать кубиками, фасоль и грибы — мелкими кусочками, все смешать с мясом, посыпать мелко нарезанным репчатым луком, залить горячим бульоном, накрыть крышкой и тушить до готовности. Готовый гуляш приправить красным вином, солью и сладким перцем.

Пирог «Рыбник» с грибами

50—60 г сухих грибов, 2,5 кг филе хека, 2–3 головки репчатого лука, 1 морковь, 200–300 г черствой булки, 100 г маргарина, 3 сваренных вкрутую яйца, соль, перец черный молотый.

Грибы отварить, бульон слить, грибы нарезать соломкой, слегка обжарить. Лук и морковь мелко нарезать, обжарить и соединить с грибами. В остывшую массу добавить два рубленых яйца.

Филе хека дважды пропустить через мясорубку, соединить с размоченной в грибном отваре булкой, рубленым яйцом, солью и перцем, все перемешать. Противень смазать маслом или

маргарином, выложить на него половину рыбной массы, на нее положить грибную начинку, начинку покрыть вторым слоем рыбной массы. Пирог запечь в духовке. Готовый пирог нарезать на порции и подать горячим с грибным соусом (см. гл. 5, «Соусы»).

Рулет с грибами

100 г шампиньонов, 4 свиных шницеля, 1–2 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка жира, 5–6 столовых ложек рубленой зелени петрушки и укропа, 2 стакана бульона, 4 столовые ложки сметаны, 1 чайная ложка крахмала, соль, перец.

Грибы перебрать, промыть, посолить и слегка потушить в разогретом сливочном масле. Шницели посыпать перцем и солью, положить на них тушеные грибы, зелень, скатать рулеты, обвязать их ниткой и обжарить со всех сторон в горячем жире. Обжаренные рулеты залить горячим бульоном и потушить до готовности. Рулеты переложить на тарелку.

В сок, оставшийся на сковороде, влить сметану, смешанную с крахмалом, смесь вскипятить, в полученный соус добавить рубленую зелень петрушки и укропа, соус подать к рулетам в соуснике.

Грибы, тушенные с картофелем

400 г грибов, 300 г картофеля, 100 г сметаны, 1 столовая ложка томата-пюре, 1–2 столовые ложки сливочного масла, 1 головка репчатого лука, соль, перец черный молотый, лавровый лист, зелень укропа.

Грибы перебрать, очистить, промыть и опустить на 5–6 мин в кипяток, затем откинуть на дуршлаг, нарезать ломтиками, обжарить, положить в сотейник, залить сметаной. К грибам добавить томат-пюре, соль, перец, лавровый лист и поставить их тушить на 5–7 мин. Картофель очистить, промыть, нарезать ломтиками, обжарить, смешать с пассерованным луком, соединить с грибами и потушить до готовности. При подаче грибы с картофелем посыпать зеленью укропа.

Фаршированные шампиньоны

20 шампиньонов средней величины, с нераскрывшимися шляпками, 1–2 столовые ложки масла,

1 головка репчатого лука, 1 сырое яйцо, 2 столовые ложки тертого сыра, 2 столовые ложки панировочных сухарей, соль, зелень петрушки.

Шампиньоны очистить, промыть. Ножки аккуратно отделить от шляпок, просушить, мелко порубить, соединить с пассерованным луком, добавить зелень петрушки, соль, яйцо, все перемешать. Полученной массой наполнить шляпки шампиньонов, посыпать их тертым сыром, сухарями, на каждую шляпку положить кусочек масла. Грибы сложить на противень и запечь в духовом шкафу до образования румяной корочки. Готовые шампиньоны посыпать зеленью петрушки и подать на блюде, украшенном листьями салата.

ГЛАВА 5
СОУСЫ

Соусы улучшают вкус пищи, придают ей особый аромат, способствуют лучшей ее усвояемости. С помощью соусов можно красиво оформить самые простые блюда.

В последние годы широкое применение получили холодные соусы типа «Кетчуп», «Шашлычный», «Майонез» и другие, выпускаемые промышленностью. Однако и в домашних условиях можно приготовить разнообразные соусы, не уступающие по своим питательным и вкусовым качествам соусам промышленного производства.

Основой для всех соусов (кроме сладких) могут служить бульон (мясной, рыбный, грибной или овощной), сметана, сливки, молоко, масло (сливочное или растительное).

Кроме того, в состав соусов входят ароматические коренья, специи, приправы, пряные овощи, иногда пассерованная мука.

Вкус соусов облагораживают вина. В белые соусы добавляют белое вино, в красные — мадеру или портвейн. Приятный вкус придает соусам мускатный орех. Его вводят в самом конце приготовления соуса в небольшом количестве. В качестве кислых добавок могут использоваться уксус, сок лимона, фруктовые соки, щавель, ревень, кислица, барбарис, яблоки кислых сортов, слива — ткемали, алыча, мирабель.

Их можно вводить в виде концентрированного отвара, пюре, сока. В соусы с яичными желтками и сливками сок лимона добавляется перед их подачей, так как в кислой среде желтки и сливки сворачиваются.

Вкус соуса будет лучше, если перед подачей в него положить немного масла. Соус, заправленный сливочным маслом, не рекомендуется доводить до кипения. Следует помнить, что яично-масляные соусы нестойки, хранить их можно не более 1,5 ч при температуре не выше 65 °С.

Чтобы обезжирить очень жирный соус, его процеживают через

чистую ткань или салфетку, смоченную холодной водой Используемую для приготовления соуса муку необходимо обязательно спассеровать. Сырая мука придает ему тягучую консистенцию и неприятный привкус. Муку обжаривают с маслом, жиром или без них до кремового или светло-коричневого цвета. Во избежание образования комочков муку разводят подсоленной водой или бульоном. Слишком густой светлый соус можно разбавить бульоном, молоком, белым вином или кипяченой водой, слишком густой темный соус — бульоном или красным вином. Осветлить темный соус можно сливками. Если соус заправляют томатом, солить его рекомендуется лишь после добавления томата.

Соусы, приготовленные на рыбном бульоне, подают только к рыбным блюдам. К оладьям, творожным и крупяным запеканкам, кашам, пудингам, к фруктам подают сладкие соусы. Для их приготовления наряду с мукой используют картофельный и кукурузный крахмал.

Хранить соусы следует в закрытой посуде во избежание образования на поверхности пленки. Для того чтобы проверить качество хранившегося соуса, его необходимо прокипятить. Появление при кипячении пены свидетельствует о непригодности соуса.

1. КРАСНЫЕ СОУСЫ

Основой для красных соусов является бульон. Для его приготовления берут 500 г костей, 2,5–3 л воды, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 1 небольшую головку репчатого лука. Кости измельчают, промывают в холодной воде и обжаривают в течение 30 мин на медленном огне.

После этого к ним добавляют нарезанные морковь, петрушку, сельдерей, лук и снова обжаривают 30 мин. Когда кости приобретут коричневый цвет, их опускают в кастрюлю, заливают холодной водой и варят, не накрывая крышкой, 9-12 ч, снимая вытапливающийся жир. Готовый коричневый бульон процеживают и используют для приготовления основного красного соуса.

Очень крепкий концентрированный бульон называют «фюме». Для его получения свежеприготовленный коричневый бульон уваривают (выпаривают) до 1/8—1/10 первоначального объема (из 1 л бульона получается 100–125 г фюме).

С целью обезжиривания и удаления посторонних примесей бульон перед увариванием процеживают через увлажненную холодной водой салфетку. Бульон лучше уваривается в сотейнике или кастрюле. Посуду не рекомендуется закрывать крышкой, иначе фюме приобретает вкус клея. Концентрированный бульон разливают в банки. Когда он застынет, его заливают растопленным салом, предохраняющим фюмё от порчи; Хранить фюме следует в холодильнике не более 5–6 суток. Из фюме можно получить обычный коричневый бульон, если его развести кипятком в соотношении 1:10.

Основной красный соус

1 л коричневого бульона, 2 столовые ложки жира, 2 столовые ложки муки, 1 головка репчатого лука, 1 морковь, 1 корень сельдерея, 1 корень петрушки, 50 г томатной пасты, 1 столовая ложка сахара, 2 столовые ложки сливочного масла, соль, перец черный душистый.

Жир нагреть в сотейнике, всыпать в него муку и спассеровать ее при умеренном огне до светло-коричневого цвета и появления аромата каленого ореха. Отдельно спассеровать с жиром мелко нарезанные лук, морковь, сельдерей и петрушку. К спассерованным кореньям добавить томатную пасту, предварительно разбавленную бульоном, и все это пассеровать еще 10 мин.

В мучную пассеровку при непрерывном помешивании влить горячий, процеженный коричневый бульон. Полученную однородную массу поварить 20 мин, затем добавить к ней пассерованные коренья и перец и продолжать варить, периодически снимая жир, еще 10–18 мин. После этого соус процедить через сито, разваренные коренья протереть. В соус добавить соль, сахар, довести его до кипения, снять с огня и заправить маслом.

Основной красный соус используют для приготовления производных соусов с луком, грибами, черносливом, горчицей. Он хорошо сочетается с красным вином, чесноком, черносмородиновым вареньем, помидорами, стручковым сладким перцем и другими продуктами.

Соус красный луковый

0,5 л основного красного соуса, 2 головки репчатого лука, 1 столовая ложка сливочного масла, сок лимона или уксус, соль, сахар.

Лук нарезать кольцами, обжарить в масле. В спассерованный лук добавить немного сока лимона или уксуса, соль, сахар, припустить его до готовности и развести красным основным соусом.

Соус красный с вином

0,5 л основного красного соуса, 100 г красного сухого вина, 1 столовая ложка сливочного масла.

В соус влить красное сухое вино, добавить сливочное масло. Соус довести до кипения. Такой соус подают к натуральному мясу.

Соус кисло-сладкий

0,5 л основного красного соуса, 100 г чернослива, 50 г изюма, 2 столовые ложки вина, 1–2 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки ядер грецкого ореха, перец черный душистый, лавровый лист.

Чернослив и изюм промыть, залить небольшим количеством воды и припустить до готовности, у чернослива вынуть косточки. Красный соус соединить с черносливом, изюмом, вином, ядрами

грецкого ореха, предварительно ошпаренными, очищенными от пленок и нарубленными, а также перцем и лавровым листом, прокипятить. Перед подачей соуса лавровый лист удалить.

Луковый соус с грибами

0,5 л основного красного соуса, 2 столовые ложки сливочного маргарина, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 головки репчатого лука, 40 г белых сушеных грибов или 100 г свежих шампиньонов, 100 г виноградного вина, перец черный душистый, лавровый лист, соль.

Лук мелко порубить, спассеровать. Грибы промыть, отварить, соединить с пассерованным луком, перцем, лавровым листом и обжарить, после чего добавить в них виноградное вино и все варить до тех пор, пока масса не уварится на 1/3. Уваренную массу соединить с красным соусом, посолить и варить еще 10–15 мин при слабом кипении.

Соус заправить сливочным маслом. Луковый соус с грибами используют при запекании овощей, рыбы, мяса.

Соус со свежими грибами

4 стакана основного красного соуса, 200 г белых грибов или шампиньонов, 150 г репчатого лука, 50 г фюме, 3 столовые ложки сливочного масла, 2 дольки чеснока, сок лимона, соль.

Лук мелко порубить и спассеровать. Грибы промыть, нарезать, спассеровать на сливочном масле, затем соединить с пассерованным луком, красным соусом и фюме и поставить варить при слабом кипении на 15–20 мин. После этого соус заправить сливочным маслом, соком лимона, тщательно растертым чесноком, посолить, хорошо перемешать.

Такой соус подают к мясным, рыбным и овощным блюдам.

Черносмородиновый соус

0,75 л основного красного соуса, 100 г красного виноградного вина, 1 стакан бульона, 3 столовые ложки сливочного масла, 150 г черносмородинового варенья, 200 г костей от ветчины, 10 г эстрагона, перец черный душистый, лавровый лист, зелень петрушки, соль.

Кости копченостей измельчить, слегка обжарить, залить вином и бульоном и варить 20–25 мин, добавив эстрагон, крупно дробленный перец, лавровый лист, зелень петрушки и черносмородиновое варенье. Уваренную на 2/3 массу соединить с красным соусом, прокипятить в течение 7—10 мин, процедить, заправить солью и сливочным маслом. Черносмородиновый соус подают к мясу диких животных: лося, оленя, козы, зайца, а также к котлетам, тушеному мясу, дичи.

Итальянский соус

3 стакана основного красного соуса, 150 г томата-пюре, 100 г шампиньонов, 60 г ветчины, 1–2 головки репчатого лука, 2–3 столовые ложки внутреннего свиного сала или топленого масла, 100 г белого сухого вина, 10 г эстрагона, перец черный душистый, зелень петрушки, соль.

Красный основной соус соединить с мелко нарубленным спассерованным луком, мелко нарезанными поджаренными ветчиной и шампиньонами и белым сухим вином, поставить на огонь и варить 8—10 мин, затем добавить мелко нарубленную зелень петрушки, эстрагон, соль, перец и все вскипятить. Итальянский соус подают к жареному мясу, домашней птице и к дичи.

Ореховый соус (сациви)

0,5 л бульона, 100 г топленого масла или куриного жира, 200 г ядер грецких орехов, 300 г репчатого лука, 1 столовая ложка муки, 5 желтков, 100 г винного уксуса, 1 долька чеснока, гвоздика, корица, красный перец.

Лук мелко порубить и слегка спассеровать с маслом или жиром, снятым с куриного бульона. Не снимая лук с огня, постепенно ввести в него муку, помешивая при этом деревянной лопаточкой, затем, не прекращая помешивания, влить тонкой струйкой горячий процеженный бульон. Полученную смесь варить 10–15 мин.

Ядра грецких орехов растереть с чесноком до образования однородной массы, в массу добавить молотую гвоздику, корицу, красный перец, желтки и винный уксус, все тщательно растереть и нагреть при постоянном помешивании, добавляя постепенно смесь из лука, муки и бульона. Не доводя до кипения, соус снять

с огня. Ореховый соус подают к курице и индейке.

2. БЕЛЫЕ СОУСЫ

Основой для белых соусов является мучная пассеровка, а также мясной, рыбный бульон или бульон из птицы.

Для приготовления бульона берут 1 кг костей (говяжьих, телячьих, домашней птицы, дичи), 1,5 л воды, 1 головку репчатого лука, 1 морковь, 1 корень петрушки, соль.

Кости промывают, рубят, заливают холодной водой в кастрюле и доводят до кипения, закрыв кастрюлю крышкой.

После этого крышку снимают и продолжают варить бульон, периодически снимая пену и жир, чтобы бульон не приобрел неприятный привкус. За 1–2 ч до окончания варки в бульон добавляют лук, коренья и соль. Готовый бульон процеживают и используют для приготовления основного белого соуса. Говяжьи кости обычно варятся 6–8 ч, телячьи, кости кролика, кур, индейки — 2–3 ч.

Основной белый соус

0,5 л бульона, 1 столовая ложка муки, 1 столовая ложка топленого масла, 1 головка репчатого лука, 1 небольшая морковь, 1 корень сельдерея, 1 корень петрушки, сок лимона, соль, перец черный душистый.

В сотейник с толстым дном" положить масло, всыпать муку и спассеровать ее на слабом огне при непрерывном помешивании до появления кремоватого оттенка. Пассерованную муку развести в несколько приемов крепким горячим бульоном (мясным или рыбным), добавить пассерованный лук, мелко нарезанные петрушку и сельдерей, перец и все это варить 30–40 мин при медленном кипении, постоянно снимая пену. Перед тем как снять с огня, в соус добавить лавровый лист, соль и сок лимона. Готовый соус процедить, разваренные коренья протереть и соединить с соусом, соус заправить маслом.

Основной белый соус используется для приготовления производных соусов. Он хорошо сочетается с овощами, грибами, особенно шампиньонами, нашинкованными яйцами, яичными желтками, мускатным орехом, солеными очищенными, мелко нарубленными огурцами, виноградным вином и другими продуктами.

Соус белый с яйцом

0,5 л основного белого соуса, 4 желтка, 4 столовые ложки сметаны.

Желтки взбить со сметаной и непрерывной струйкой при постоянном помешивании ввести в основной белый соус. Не прекращая помешивания, соус нагреть до 70–80 °С, не доводя до кипения. В готовый соус можно добавить немного белого сухого вина и сока лимона. Соус подают к отварной птице, паровым котлетам из телятины, кур, дичи и другим блюдам.

Соус томатный

0,5 л основного белого соуса, 500 г томата-пюре, 1 головка репчатого лука, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 чайная ложка сахара, 1 столовая ложка маргарина, 100 г белого сухого вина, 1 чайная ложка сока лимона, 3 столовые ложки сливочного масла или маргарина, соль, лавровый лист, перец черный душистый.

К основному соусу добавить пассерованные лук, коренья и томат-пюре, а также соль, сахар, перец и лавровый лист.

Соус варить при слабом кипении 15–20 мин, затем процедить, разваренные коренья протереть. Соус соединить с протертыми кореньями, вином, соком лимона, довести до кипения, заправить маслом и подать к жареному мясу или фаршированному перцу.

Соус сметанный

0,5 л основного белого соуса, 1 стакан сметаны.

Основной белый соус соединить со сметаной, прокипятить, процедить, заправить сливочным маслом и подать к кролику или телятине.

Соус сметанный с хреном

0,5 л сметанного соуса, 100 г хрена, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 чайная ложка сахара, сок лимона, соль, перец черный молотый, лавровый лист.

Хрен натереть на мелкой терке и поджарить на сливочном масле. К поджаренному хрену добавить сок лимона, соль, сахар, перец, лавровый лист, хрен припустить в течение 5 мин, затем

соединить со сметанным соусом и прокипятить. Такой соус подают к отварной говядине и баранине.

Соус бешамель

2 головка репчатого лука, 1,5 столовые ложки сливочного масла, 4 чайные ложки муки, 0,5 л молока, 1 стакан мясного бульона, соль, мускатный орех, лимонный сок.

Лук мелко нарезать и обжарить в масле, добавить к нему муку и еще немного пожарить. Пассеровку соединить с кипящим молоком и горячим бульоном, добавить соль, мускатный орех, все хорошо перемешать, довести до кипения и кипятить 30 мин на слабом огне. Готовый соус процедить через сито и взбить до получения пены, добавив лимонный сок.

Соус шантийи со сливками

0,5 л соуса бешамель, 250 г сливок.

Соус бешамель перед подачей к столу смешать со взбитыми сливками.

Соус-крем к дичи

125 г сока, образующегося при жарении дичи, 125 г сметаны, 250 г соуса бешамель, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 листика шалфея, 1 долька чеснока, 1 чайная ложка лимонного сока, щепотка жгучего красного перца, соль, зелень петрушки или укропа.

Сок, образующийся при жарении дичи, смешать со сметаной и соусом бешамель, добавить масло, растертые листья шалфея, толченый чеснок, сок лимона, соль, перец, все перемешать. При подаче соус посыпать мелко рубленной зёленью.

3. СОУСЫ К РЫБЕ

Рыбные соусы приготавливают на бульонах, получаемых при отваривании рыб или рыбных пищевых отходов (костей, плавников).

Белый рыбный соус (основной)

0,5 л рыбного бульона, 1 столовая ложка муки, 1 столовая ложка сливочного масла.

В горячую пассерованную муку ввести тонкой струйкой при непрерывном помешивании горячий рыбный бульон.

Заправленный мукой бульон варить 40–50 мин, затем посолить, процедить и использовать как основу для приготовления белых рыбных соусов.

Соус «белое вино»

4,5 стакана белого рыбного соуса, 100 г сливочного масла, 1 небольшая головка репчатого лука, 1 корень петрушки, 4 желтка, 100 г белого виноградного вина, сок лимона или лимонная кислота, соль, перец черный молотый.

Лук и корень петрушки мелко нарезать, обжарить, соединить с белым рыбным соусом и варить 30–35 мин. В конце варки в соус добавить прокипяченное белое вино, соус немного охладить (примерно до 70 °С), затем ввести в него при непрерывном помешивании прогретые с маслом яичные желтки. Соус заправить солью, перцем, лимонным соком, процедить и подать к припущенной или вареной рыбе.

Белый соус с яйцом (польский)

3,5 стакана белого рыбного соуса, 8 сваренных вкрутую яиц, 1 чайная ложка сока лимона (или лимонной кислоты), перец черный молотый, зелень петрушки.

В белый рыбный соус добавить нарубленные яйца, сок лимона, мелко нарезанную зелень петрушки, перец, все тщательно перемешать. Соус подают к горячей отварной рыбе.

Томатный соус с вином

4 стакана томатного соуса, 100 г белого виноградного вина, 100 г сливочного масла.

В горячий томатный соус добавить белое виноградное вино, соус довести до кипения, заправить сливочным маслом. Этот соус подают к жареной и припущенной рыбе, рыбным котлетам, запеканкам из рыбной массы.

4. СОУСЫ НА ГРИБНОМ ОТВАРЕ

Грибной соус

50 г сушеных грибов, 100 г сливочного масла, 300 г репчатого лука, 6 стаканов грибного бульона, 4 чайные ложки муки, соль.

Грибы промыть, отварить, отделить от бульона, нашинковать и обжарить с мелко нарезанным луком. Муку спассеровать до приобретения красного цвета и горячей ввести в грибной бульон при непрерывном помешивании. Бульон посолить, прокипятить в течение 7—10 мин, после чего соединить с обжаренными грибами. Грибной соус подают к картофельной запеканке, картофельным котлетам и другим блюдам из картофеля, а также крупяным блюдам.

Грибной соус со сметаной

0,5 л грибного бульона, 40 г белых сушеных грибов, 2 столовые ложки пшеничной муки, 2 столовые ложки сливочного масла, 100 г сметаны, 1 головка репчатого лука, соль.

Грибы промыть, отварить, отделить от бульона, нарезать и обжарить вместе с мелко нарезанным луком. Муку спассеровать на сливочном масле, развести горячим грибным бульоном, прокипятить в течение 10–15 мин, затем соединить с обжаренными грибами, посолить, заправить сметаной и все прокипятить.

5. МОЛОЧНЫЕ СОУСЫ

Молочные соусы приготавливают из белой мучной пассеровки, молока и специй. Их подают к овощным и крупяным блюдам.

Соус молочный

2 стакана молока, 2 столовые ложки пшеничной муки, 2 столовые ложки сливочного масла, соль.

Муку спассеровать на масле до светло-желтого цвета, влить в нее при непрерывном помешивании горячее молоко, посолить, все прокипятить в течение 5–7 мин. Если соус подают к творожным или крупяным блюдам, в него можно добавить немного ванилина или высушенную и измельченную корочку апельсина.

Молочный соус с мадерой

3,5 стакана сливок или молока, 7 желтков, 100 г сливочного масла, 3/4 стакана бульона фюме, 100 г мадеры, сахар (по вкусу), соль, красный перец.

Желтки и холодное молоко влить в кастрюлю и при непрерывном помешивании поварить на водяной бане до загустения, затем снять с огня, добавить фюме, прокипяченную мадеру, соус заправить сливочным маслом, сахаром, посолить и слегка поперчить. Такой соус подают к дичи, домашней птице, припущенной рыбе.

6. ЯИЧНО-МАСЛЯНЫЕ СОУСЫ

Яично-масляные соусы приготавливают из яичных желтков, сливочного масла, лимонного сока и различных добавок — сыра, томата, пряной зелени, специй. Эти соусы нестойки, так как эмульсия из масла и желтков быстро расслаивается, поэтому готовить их следует перед употреблением.

Соус голландский с лимонным соком

200 г сливочного масла, 4 желтка, 1 столовая ложка бульона или воды, 1/2 лимона, соль.

Яичные желтки отделить от белков, влить в кастрюлю, добавить столовую ложку бульона или холодной воды, нарезанное кусочками сливочное масло, смесь поварить на водяной бане при непрерывном помешивании до загустения.

Готовый соус заправить соком лимона и солью. Голландский соус подают к десертным овощам — спарже, артишокам, а также к цветной капусте.

Соус голландский со взбитыми сливками

1,5 стакана голландского соуса, приготовленного по предыдущему рецепту, 100 г сливок или сметаны.

В хорошо взбитые сливки или сметану добавить голландский соус, все тщательно перемешать до получения однородной эмульсии. Соус подают к припущенным овощным блюдам.

Голландский соус с сыром

0,5 л голландского соуса, приготовленного по приведенному выше рецепту, 2 стакана молочного соуса, 1/2 стакана рыбного бульона, 100 г сыра, сок лимона, соль.

Голландский соус соединить с рыбным бульоном и молочным соусом без сахара, добавить натертый на мелкой терке сыр, сок лимона, соль, все тщательно перемешать. Голландский соус с сыром подают к припущенной рыбе.

Польский соус

350 г сливочного масла, 4 сваренных вкрутую яйца, 1 чайная ложка сока лимона, соль, зелень петрушки.

Сливочное масло растопить, смешать с мелко нарубленными яйцами, добавить сок лимона, соль и мелко нарезанную зелень петрушки. Польский соус подают к припущенной или отварной рыбе.

7. ХОЛОДНЫЕ СОУСЫ

К холодным соусам относятся овощные маринады, заправки для салатов и сельди. Их подают как к холодным блюдам (из дичи, рыбы, овощей), так и к горячим.

Соус из хрена с уксусом

300 г хрена, 250 г 9%-ного уксуса, 2,25 стакана воды, 2 чайные ложки сахара, 2 чайные ложки соли.

Корень хрена очистить, промыть, натереть на терке, положить в банку, или другую посуду, залить кипятком, банку закрыть крышкой. Когда хрен остынет, добавить к нему уксус, сахар, соль, все размешать. Уксус можно заменить соком лимона. Соус подают к холодным и горячим блюдам.

Соус из хрена со сметаной

150 г хрена, 350 г сметаны, 1 чайная ложка сахара, 1 чайная ложка соли.

Корень хрена очистить, промыть, измельчить на терке, смешать со сметаной, добавив сахар и соль.

Соус из яблочного пюре с хреном

350 г яблочного пюре, 350 г хрена, 150 г сгущенного молока, 150 г майонеза.

Корень хрена очистить, промыть, натереть на терке. Все компоненты перемешать до получения однородной массы. Соус используется для заправки блюд из рыбы.

Соус ремолад

750 г майонеза, 100 г сгущенного молока, 1 маринованный огурец, 1 столовая ложка готовой горчицы, 20 г килек, 50 г пряной зелени (сельдерея, петрушки, укропа).

Огурец, кильки и зелень мелко нарезать. Все компоненты тщательно перемешать. Соус подают к различным блюдам.

Соус ремолад с горчицей и хреном

4,5 стакана соуса ремолад, 40 г столовой горчицы, 50 г хрена, 1 чайная ложка сахара.

Корень хрена промыть, очистить, натереть на терке. Все компоненты тщательно перемешать до получения гомогенной массы. Соус подают к холодным рыбным блюдам.

Маринады

Первый способ: 2 части растительного масла, 1 часть сока лимона (или разбавленного уксуса). Компоненты соединить, перемешать, приправить солью.

Второй способ: 2 части сметаны, 1 часть лимонного сока. Компоненты соединить, хорошо перемешать. Пряности не добавлять.

Третий способ: 2 части растительного масла, 1 часть простокваши. Компоненты соединить, хорошо перемешать, заправить соком лимона.

Соус с пряностями

700 г майонеза, 50 г белого вина, 1/4 стакана молока, 1–2 маринованных огурца, 1–2 дольки чеснока, 50 г пряной зелени (петрушки, укропа, зеленого лука, эстрагона).

Огурцы и зелень мелко порубить, чеснок хорошо истолочь. Все компоненты тщательно перемешать до получения однородной массы. Соус подают к холодной домашней птице, телятине, говядине.

8. СЛАДКИЕ СОУСЫ

Сладкие соусы приготавливают из фруктов, фруктового сока, молока, яиц и крахмала. Эти соусы подают как в горячем, так и в холодном виде к рисовым и манным котлетам, оладьям, кашам, пудингам и творожным запеканкам.

Вишневый соус

500 г вишни, 200 г сахара, 1 стакан белого вина, 1 чайная ложка крахмала, 1/2 стакана воды.

Вишню перебрать, промыть, освободить от косточек, сварить с сахаром и белым вином до готовности, затем ввести в нее крахмал, разведенный водой, смесь довести до кипения и сразу же снять с огня. Соус можно приправить несколькими каплями кофейного ликера.

Клубничный соус

250 г клубники, 0,5 л воды, 50 г сахара, 1 чайная ложка крахмала, сок лимона.

Ягоды очистить, промыть, залить водой с добавлением сахара и сварить, затем ягоды отделить от отвара, протереть через сито, снова соединить с отваром, добавить крахмал, разведенный холодной водой, смесь довести до кипения и сразу же снять с огня. Готовый соус приправить соком лимона. Клубничный соус подают к пудингам, кашам, творожным запеканкам.

Брусничный соус

500 г брусники, 1 л воды, 250 г сахара, 1 чайная ложка крахмала, 100 г вина (рислинга), корица.

Бруснику перебрать, промыть, залить холодной водой и сварить (брусника должна быть мягкой). Отвар слить, процедить, бруснику протереть через сито и соединить с отваром. В отвар с брусникой добавить сахар, вино, немного корицы и все прокипятить (не более 5–7 мин), затем в смесь ввести разведенный холодной водой крахмал и довести ее до кипения. Брусничный соус подают к жареной дичи, блюдам из мяса диких животных, курам, цыплятам, индейке.

Абрикосовый соус

200 г кураги, 300 г сахара, 4 стакана воды.

Курагу перебрать, промыть, положить в кастрюлю, залить холодной водой и оставить набухать на 2–3 ч, затем сварить до готовности в той же воде при закрытой крышке. Отвар слить, процедить, сваренные абрикосы протереть через сито, соединить с отваром. В смесь добавить сахар и, непрерывно помешивая, довести ее до кипения. Абрикосовый соус подают к пудингам, кремам, кашам.

ГЛАВА 6
ВЫПЕЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

Для русской кухни характерно обилие выпечных изделий, и это не случайно. С глубокой древности в нашей стране возделываются рожь, пшеница, ячмень, овес, просо. Народ-землепашец во все времена с большим почтением относился к зерну и продуктам его переработки. Вечным символом благополучия и достатка для русских людей всегда был хлеб — один из основных продуктов питания. А праздничная трапеза на Руси никогда не обходилась без пирогов. Да и само слово «пирог» происходит от древнерусского слова «пир» — пиршество, праздник.

Славилась русская кухня расстегаями — пирогами круглой формы, величиной с тарелку, с открытой серединой, кулебяками — пирогами с большим количеством начинки, калачами — пирогами круглой формы, красочно оформленными изюмом, цукатами, орехами. Пироги выпекали большие и маленькие, открытые и закрытые. Для начинки использовали мясо, всевозможную рыбу, куриное мясо, мозги, яйца, творог, горох, каши, репу, лук, картофель, капусту, морковь, соленые огурцы, щавель, грибы, мак, яблоки, ягоды.

Многие выпечные изделия признаны у русского народа традиционными для праздничных столов. Так, обрядовым свадебным пирогом издавна был курник. Его выпекали из пресного теста с разными начинками, украшали стилизованными фигурками или цветами. На масленицу пекли блины и оладьи, в весенние праздники — «жаворонки» из теста. II праздничные дни было принято одаривать близких людей пряниками.

Существует много способов приготовления пирогов и других выпечных изделий. Овладеть искусством изготовления изделий из теста — мечта каждой хозяйки. Попытаемся помочь ей в этом.

1. ИЗДЕЛИЯ ИЗ ТЕСТА

ДРОЖЖЕВОЕ ТЕСТО

Из дрожжевого теста выпекают самые разнообразные изделия: большие пироги, различные пирожки, кулебяки, расстегаи, ватрушки, пончики, булочки, крендели и многое другое. В качестве начинок для пирогов используют мясо, рыбу, яйца, капусту, картофель, лук, морковь, творог, яблоки, ягоды и прочие продукты.

Дрожжевое тесто еще называют кислым. Дрожжи, положенные при замесе теста, сбраживают содержащиеся в муке сахаристые вещества, разлагая их на углекислый газ и спирт. Углекислый газ, образующийся в тесте в виде пузырьков, поднимает и разрыхляет его.

Основная рецептура дрожжевого теста: 30–50 г свежих дрожжей, 0,5 л молока, 250 г маргарина, 2–3 столовые ложки сахара, 1–1,5 столовой ложки растительного масла, соль (на кончике ножа), 700–800 г муки.

Дрожжи для приготовления теста лучше использовать свежие. Недостаточно свежие дрожжи можно «активизировать». Для этого их необходимо мелко раскрошить, развести теплым молоком (1/2 стакана) с добавлением сахара (1–2 чайные ложки), размешать и дать возможность постоять 10–15 мин (до появления пузырьков и вспенивания).

Дрожжи разводят теплым молоком или теплой водой, добавляя для активизации сахар. Холодное молоко (вода) замедляет жизнедеятельность дрожжевых грибков, а горячее приводит к полному подавлению их активности.

Молоко и кисломолочные продукты (кислое молоко, простокваша, кефир, сметана, сыворотка и др.) благотворно влияют на процесс тестообразования, улучшают вязко-пластичные свойства теста, усиливают процесс его разрыхления.

Жиры обеспечивают пластичность теста, придают готовым изделиям особый аромат, препятствуют их черствению. В тесто, предназначенное для изготовления закусочных пирогов (с рыбой, мясом, грибами), можно вводить куриный, свиной и прочие жиры. Для пирогов с фруктово-ягодными начинками или с творогом использование таких жиров нежелательно. Чтобы пирог дольше сохранял свежесть, в тесто добавляют растительное масло.

Не следует превышать предусмотренную рецептурой норму вводимых в тесто жиров. Избыток жиров затрудняет работу

дрожжей, в результате чего снижается или совсем прекращается разрыхление теста, при этом ограничивается способность белков муки к набуханию, тесто становится рвущимся, трудно формуемым, а готовое изделие — невкусным.

Муку для пирогов (как и для всех выпечных изделий, за исключением лишь некоторых — пряников и др.) следует использовать только высшего сорта. Перед приготовлением теста муку необходимо просеять.

Яйца (особенно белок) придают дрожжевому тесту жесткость, твердость, изделия из такого теста быстро черствеют, поэтому яйца в тесто добавлять не рекомендуется. Желтком можно смазать поверхность пирога, тогда пирог после выпечки будет иметь приятный янтарный цвет.

Приготовление дрожжевого теста

Замес. Дрожжевое тесто замешивают двумя способами: опарным и безопарным.

Опарный способ — более древний. Он включает две стадии: приготовление и брожение опары; приготовление и брожение теста. Опару приготавливают из половины муки, воды (молока) и дрожжей. Когда после бурного брожения (через 3–4 ч) опара начнет оседать, к ней присоединяют сдобу (сахар, жиры), а также оставшуюся муку и замешивают тесто. Тесто ставят на 1,5–2 ч в теплое место для брожения, за это время его дважды обминают. После этого тесто разделывают, дают ему выстояться и, наконец, выпекают изделия. Из-за длительности приготовления теста опарный способ в современной технологии почти не применяется. Менее длительным и более экономичным является безопарный способ.

При безопарном способе приготовления теста все компоненты замешивают сразу. Дрожжи разводят в небольшом количестве жидкости (1/2 стакана молока или воды) с добавлением сахара (1 столовая ложка) и ставят их в теплое место. Маргарин (или другой жир) нарезают кусочками, растапливают в большой кастрюле (на 4–5 л), добавляют к нему оставшийся сахар и соль, помешивая при этом круговыми движениями. Затем маргарин немного охлаждают и смешивают с оставшейся жидкостью. Масса должна быть теплой, но не горячей.

Берут половину предусмотренной рецептурой муки и просеивают ее (постепенно, частями) через сито в кастрюлю с растопленным маргарином. Просеивание муки в момент замеса теста способствует обогащению ее кислородом воздуха, в результате чего тесто становится пышным и легким.

На просеянную муку осторожно выливают подготовленные дрожжи, аккуратно перемешивая их с мукой. Дрожжи при этом не должны соприкасаться с растопленным маргарином, иначе снизится их активность.

Продолжая вымешивать тесто правой рукой, левой рукой постепенно подсыпают всю предусмотренную рецептурой муку, просеивая ее через сито. Для вымешивания теста попользуют ложку или деревянную лопаточку. Вращение при замесе производят в одну сторону, что обусловлено сложными физико-химическими процессами, происходящими при этом в тесте. При вращении в одну сторону обеспечивается набухание белков муки и упрочение образующихся клейковинных нитей (связей), что способствует получению теста необходимой вязкости и достаточной упругости. Изделия из такого теста отличаются высоким качеством.

Окончание замеса теста определяется по его консистенции. Замешенное тесто должно быть легким, пышным, вязко-упругим, податливым.

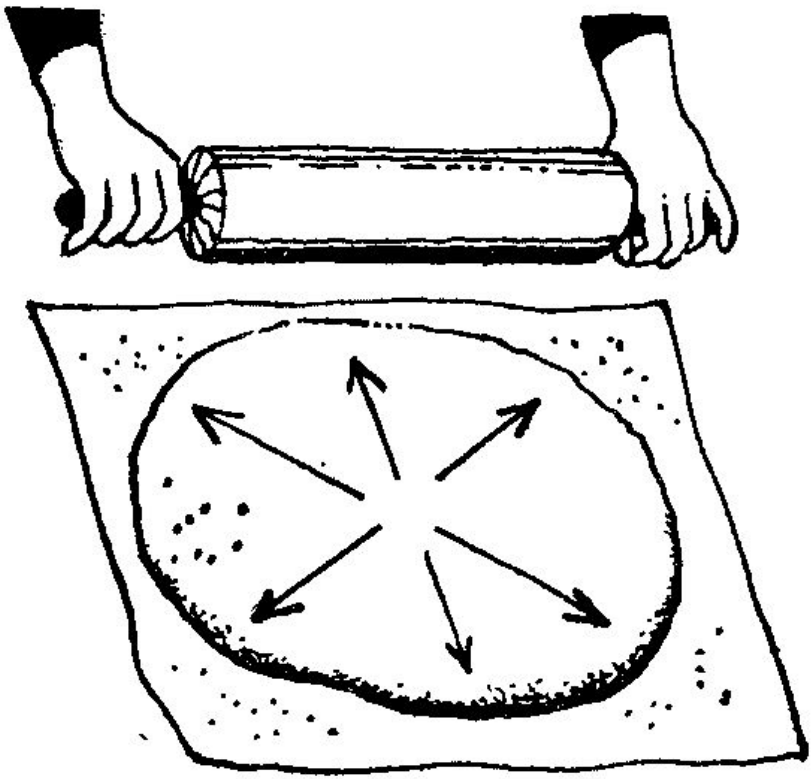
Брожение. Замешенное тесто необходимо вспылить мукой. Кастрюлю с замешенным тестом прикрывают холщовой салфеткой или полотенцем (но не крышкой) и ставят в теплое место для брожения (у батареи или в таз с теплой водой). При этом температура теста не должна превышать 29–32 °С.

Обминка. При брожении теста образуются пузырьки углекислого газа, способствующие его разрыхлению. Однако слишком большое количество углекислого газа замедляет процесс брожения, поэтому тесто периодически необходимо освобождать от скапливающегося газа и обогащать кислородом воздуха. С этой целью по мере подъема теста его вымешивают, обминают. Первую обминку производят через 1–1,5 ч после брожения, вторую — через 1–1,5 ч после первой обминки.

Формование. Сразу же после второй обминки тесто выкладывают на стол для формования. Тесто должно быть упругим, эластичным, мягким, податливым. Оно не должно прилипать к рукам. Перед тем как выложить тесто, стол подпыливают мукой. Чтобы тесто не прилипало к столу при раскатке, его периодически поднимают «на линейку». Для этого берут обычную топкую деревянную линейку с нисходящим краем, аккуратно продвигают ее под раскатанное тесто и короткими движениями от себя и к себе проводят под слоем теста. Оно не прилипнет к столу, не будет рваться, его легче будет раскатывать. Поверхность теста не должна быть слишком мучнистой, поэтому подпыливание стола мукой должно быть умеренным. При формовании изделий из теста необходимо избегать сквозняков.

Из приготовленного теста можно формовать закрытые и открытые пироги, закусочные пирожки, булочки, пампушки, ватрушки, кулебяки, расстегаи, рулеты и многое другое.

Использование разнообразных начинок в сочетании с различными способами формования дает то многообразие выпечных изделий, которым всегда славился хлебосольный русский стол.



Раскатка дрожжевого теста.

Форма пирога зависит от его назначения. Маленькие пирожки для супов и закусок формуют в виде лодочки, челночка, полумесяца, саечки, баульчика. Тесто раскатывают в длинный жгут, нарезают из него куски равного размера, закатывают из них шарики. Шарики укладывают на столе швом вниз и оставляют их на 5–7 мин для расстойки, затем раскатывают их скалкой. В центр кружка кладут начинку, края плотно соединяют, придав

пирожкам форму лодочки. Пирожки укладывают на противень, смазанный жиром, швом вниз. После 10–15 мин расстойки поверхность их смазывают желтком, накалывают вилкой, противень с пирожками ставят в духовку для выпечки. Температура выпечки составляет 210–220 °С.

Аналогично формуют пирожки в форме полумесяца. У челночка шов, являющийся одновременно украшением, напоминает елочку. Баульчик имеет круглую форму. В центре такого пирожка оставляют небольшое круглое отверстие.

Саечки формуют в виде лодочки, обмакивают в растопленное масло и укладывают в ряд, плотно прижав друг к другу. Форму лодочки или челночка имеют расстегаи, но от других пирожков они отличаются тем, что середина их остается открытой. Расстегай может иметь и круглую форму с открытой серединой.

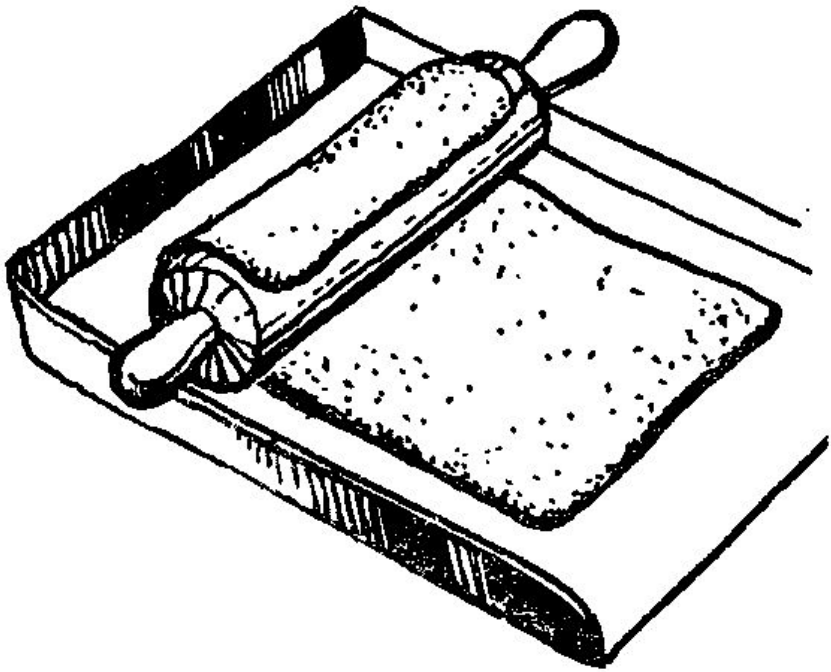
Из маленьких пирожков типа саечки или лодочки формуют пирог «дружная семейка». Каждый пирожок обмакивают в разогретое масло, пирожки укладывают рядом в круглую форму или на сковороду и выпекают. Пирожки могут различаться начинкой.

Для того чтобы сформовать ватрушки, из жгута теста нарезают куски равного размера, закатывают из них шарики, укладывают их швом вниз на смазанный жиром противень и оставляют для расстойки на 15–20 мин. После этого в центре шарика делают углубление (с помощью деревянного пестика или стакана), заполняют его творогом, повидлом, вареньем или другими начинками (морковной, картофельной, свекольной), края ватрушки смазывают желтком.

По-другому формуют розочки. Тесто раскатывают в прямоугольник толщиной 0,7 см, обильно смазывают растопленным маслом или маргарином, посыпают маком, тесто заворачивают в виде рулета и нарезают на куски шириной 2–2,5 см. Защипив кусочек рулета с одной стороны, с другой стороны раскрывают лепестки так, чтобы придать пирожку форму расцветающей розочки.

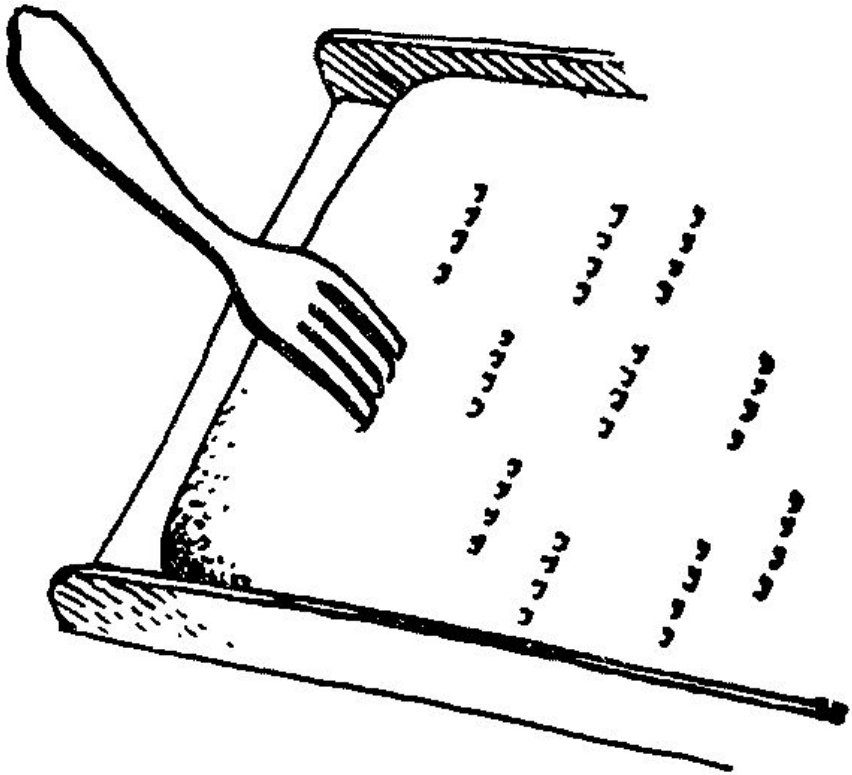
Проще формуются большие закрытые и открытые пироги.

Для закрытого пирога раскатывают слой теста толщиной 1 см, навернув тесто на скалку, перекосят его на противень, ножом выравнивают края. На тесто ровным слоем укладывают начинку. Раскатывают второй такой же слой и укладывают его поверх начинки, защипляют края, аккуратно подгибают вниз шов. Пирог оставляют на 15–20 мин для расстойки, после чего поверхность его смазывают желтком, накалывают вилкой, противень с пирогом ставят в духовку для выпечки. Пирог выпекают при температуре 210–220 °С.



Перенос теста на скалке.

Поверхность пирога можно украсить различными элементами из теста: цветками гвоздики, ромашки, василька, листочками, веточками и т. д. Для этого маленькие кусочки теста (весом от 2 до 4–5 г) закатывают в шарики, придают им форму кружка (лепешки), небольшим ножичком делают надрезы по кругу (от центра к краю) — получаются ромашки. Цветки смазывают желтком, в середину их можно посыпать немного мака, положить изюмину или кусочек орешка. Если пирог закусочный, середину цветка можно украсить горошиной перца. Чтобы цветок был пышнее, соединяют две ромашки. Для получения гвоздики или василька кружок теста разрезают на три сектора, каждый элемент прикрепляют к стебельку из теста. Проще изготовить листочки. Сделав между ладонями тонкие жгутики теста, слегка раскатывают их скалкой, кончиком ножа надрезают их, посередине листка ножом изображают прожилки листа. Каждая деталь (цветок, бутон, листик, веточка) накладывается на смазанную яйцом поверхность пирога в соответствии с композицией.



Накалывание пирога.

Для открытого пирога раскатывают слой теста толщиной 1 см, с помощью скалки переносят его на противень, края загибают на бортики противня. На тесто ровным слоем наносят начинку. Если начинка из яблок или ягод, ее заливают смесью, приготовленной из сметаны и яйца (в соотношении 1:1) с добавлением сахара (по вкусу). Затем аккуратно завертывают края, защипив их в уголках. На слой начинки можно нанести элементы отделки из теста: листики, цветы, веточки.

Из тонких узких полосок теста можно сделать сеточку. После расстойки края пирога смазывают желтком. Пирог выпекают при температуре 200–210 °С.

Испеченные пироги после кратковременного охлаждения необходимо снять с противня, чтобы нижняя корочка не почернела. Если пирог не снимается, между ним и противнем можно провести ниткой.

Чтобы корочка испеченного пирога была мягкой и нежной,

поверхность его рекомендуется смазать кусочком масла, пирог следует прикрыть листом пергамента и полотенцем или скатертью.

Перед жарением пирожков во фритюре с них надо смести следы муки, иначе в кипящем жире она будет гореть, изделие в таком случае приобретет непривлекательный внешний вид.

Начинки для пирогов (основная рецептура)

Фарш мясной

1 кг говядины, 1–2 головки репчатого лука, 2 сваренных вкрутую яйца, 2 столовые ложки маргарина, соль, перец черный молотый, зелень петрушки.

Первый способ. Мясо отварить до готовности, извлечь из бульона, охладить, пропустить через мясорубку или порубить па мелкие кусочки, добавить к нему рубленые яйца, пассерованный лук, соль, перец, немного бульона и мелко рубленную зелень петрушки, все перемешать.

Второй способ. Мясо нарезать кусочками, положить в глубокую сковороду, смазанную маргарином, на 1/3 залить водой, поместить в духовку и обжарить до готовности. После охлаждения мясо порубить сечкой или пропустить через мясорубку, добавить к нему рубленые яйца, пассерованный лук, соль, перец, мелко рубленную зелень петрушки, мясо полить соком, в котором оно обжаривалось, все перемешать. Если мясо нежирное, в начинку можно добавить немного сливочного масла или маргарина.

Фарш мясной с рисом

1 кг говядины, 100 г риса, 1 головка репчатого лука, 2 столовые ложки сливочного масла или маргарина, соль, перец черный молотый, зелень петрушки.

Мясо приготовить по одному из указанных выше способов, добавить к нему рассыпчатый отваренный рис, все перемешать.

Фарш мясной с рисом и яйцом

800 г говядины, 100 г риса, 1 головка репчатого лупа, 2 сваренных вкрутую яйца, 2 столовые ложки сливочного масла или маргарина, соль.

Фарш приготовить по одному из указанных выше способов, добавить к нему рассыпчатый отваренный рис и мелко рубленные яйца.

Фарш рыбный

750 г рыбного филе, 120 г риса, 1 головка репчатого лука, 1–2 сваренных вкрутую яйца, 2 столовые ложки сливочного масла или маргарина, соль, перец черный молотый, зелень петрушки.

Филе нарезать мелкими кусочками, положить в сотейник, залить небольшим количеством воды и стушить на слабом огне до готовности. Рыбу, охладить, мелко порубить, добавить к ней пассерованный лук, рассыпчатый отваренный рис, рубленые яйца, соль, перец, масло, мелко рубленную зелень петрушки, а также бульон, в котором варилась рыба, все тщательно перемешать.

Начинка из рыбы

750 г рыбного филе, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки муки, соль.

Филе нарезать плоскими кусками, посолить, обвалять в муке и обжарить, затем охладить и использовать как начинку (каждый кусок рыбы для одного пирожка).

Начинка из риса и яиц

350 г риса, 3 сваренных вкрутую яйца, 3–4 столовые ложки сливочного масла или маргарина, соль.

Рис перебрать, промыть, опустить в кипящую воду и варить 5 мин, помешивая и снимая пену, затем добавить к нему масло или маргарин и продолжать варить в закрытой посуде на водяной бане в течение 30–40 мин. Охлажденный рис посолить и перемешать с рублеными яйцами.

Фарш морковный

1 кг моркови, 3–4 сваренных вкрутую яйца, 3–4 столовые ложки сливочного масла или маргарина, сахар (по вкусу), соль.

Морковь очистить, промыть, натереть на крупной терке, положить в сотейник или глубокую сковороду, добавить маргарин, немного воды. Морковь припустить, затем посолить, смешать с сахаром и рублеными яйцами.

Начинка из свежей капусты

1 кг капусты, 2–3 сваренных вкрутую яйца, 3–4 столовые ложки сливочного масла или маргарина, соль.

Крепкий кочешок белокочанной капусты очистить от верхних листьев, промыть, нашинковать, опустить в кипящую воду и варить 5–7 мин, затем откинуть на дуршлаг, охладить, переложить в тарелку, добавить соль, рубленые яйца, растопленное масло, все перемешать. Такую начинку используют для маленьких пирожков. В капустную начинку для большого пирога масло лучше не класть. Отваренную капусту следует смешать с рублеными яйцами, посолить и уложить ровным слоем на раскатанное тесто, поверх начинки положить нарезанное тонкими ломтиками масло или маргарин, пирог покрыть вторым слоем теста.

Свежую капусту для пирогов не рекомендуется обжаривать. Чтобы избавиться от горечи, ее необходимо опустить в кипящую воду без добавления соли и отварить. Капуста будет нежной, слегка хрустящей, приятной на вкус.

Начинка из квашеной капусты

1 кг квашеной капусты, 3 сваренных вкрутую яйца, 5 столовых ложек растительного масла, 1 головка репчатого лука, соль, перец черный молотый.

Капусту промыть, обдать кипятком, мелко нарезать, опустить в глубокую сковороду с растительным маслом, прикрыть крышкой и стушить до готовности. Лук порубить, обжарить до золотистого цвета, смешать с капустой, все посолить, поперчить,

охладить, после чего соединить с рублеными яйцами.

Начинка из свежих грибов

950 г грибов, 100 г сливочного масла, 2 головки репчатого лука, 2–3 столовые ложки сметаны.

Грибы очистить, промыть, отварить, нарезать кусочками, обжарить в масле, посолить, смешать с мелко рубленным луком и сметаной, потушить 15–20 мин, охладить. К готовым грибам можно добавить рубленую зелень укропа.

Начинка из соленых грибов

1 кг соленых грибов, 150–200 г растительного масла, 3–4 головки репчатого лука, перец черный молотый.

Грибы (любые) промыть под струей холодной воды, перебрать, мелко порубить, обжарить в растительном масле, соединить с пассерованным луком, поперчить.

Начинка из соленых огурцов

800 г соленых огурцов, 3 головки репчатого лука, 1–2 сваренных вкрутую яйца, 100 г растительного масла.

Огурцы освободить от кожицы и семян, мелко порубить или нарезать тонкими ломтиками, опустить в кастрюлю и слегка потушить, затем откинуть на сито, дать стечь воде. Лук соединить с огурцами и рублеными яйцами.

Начинка из картофеля

7—10 картофелин средней величины, 3 головки репчатого лука, 4 столовые ложки сливочного масла, 2 сырых яйца, соль, перец черный молотый.

Картофель очистить, промыть, отварить, потолочь до получения однородной массы, соединить с сырыми яйцами, маслом, пассерованным луком, посолить, поперчить, все тщательно перемешать.

Начинка из зеленого лука с яйцом

500 г зеленого лука, 7 сваренных вкрутую яиц, 1 сырое яйцо, 3–4 столовые ложки маргарина, соль.

Лук нашинковать, слегка спассеровать, охладить, смешать с яйцами, посолить (одно яйцо вводится в сыром виде).

Начинка из брынзы

900 г брынзы, 1 стакан молока, 3 столовые ложки муки, 2 сырых яйца.

Брынзу мелко порубить, добавить молоко, муку, яйца, все тщательно перемешать до получения однородной массы.

Начинка из творога

800 г творога, 2 столовые ложки сливочного масла или маргарина, 3 желтка, 2–3 столовые ложки сахара, 1 стакан изюма, 2 столовые ложки муки, соль, ванилин.

В пропущенный через мясорубку или протертый через сито творог добавить растопленное масло, яичные желтки, сахар, изюм (или цукаты), муку, соль, ванилин, все тщательно перемешать до получения однородной массы.

Начинка из яблок

1 кг яблок, 300 г сахара, 1 столовая ложка сливочного масла, 5 г молотой корицы.

Яблоки промыть, очистить (кожицу можно не срезать, так как в ней содержатся ароматические эфирные масла), нарезать ломтиками, положить в кастрюльку, добавить сахар, сливочное масло и немного воды. Яблоки припустить.

Для начинки лучше всего использовать сочные, нежные яблоки. Особенно хороша для пирога зрелая антоновка.

Начинка из кураги

500 г кураги, 150–200 г сахара.

Курагу перебрать, замочить на 10–15 мин в теплой воде, тщательно промыть, положить в кастрюльку, добавить немного воды (так, чтобы она покрывала курагу), сахар, курагу припустить.

Начинка из лимона

2—3 лимона, 200–300 г сахара, 2 столовые ложки муки.

Лимон ошпарить кипятком, нарезать, освободить от семян, пропустить через мясорубку вместе с цедрой, добавить сахар, муку, все перемешать.

Начинка из щавеля

1 кг щавеля, 1 стакан сахара, 1–2 столовые ложки картофельного крахмала.

Щавель перебрать, отрезать стебельки. Листья щавеля замочить в воде на 30 мин, затем тщательно промыть в проточной воде, отжать, нашинковать, смешать с крахмалом и сахаром.

Начинка из ревеня

500 г ревеня, 300 г сахара, 4 г корицы.

Стебли ревеня промыть, очистить, нарезать мелкими кубиками, перемешать с сахаром и поставить варить до размягчения. Готовый ревень охладить до 30°С, добавить к нему корицу, все тщательно перемешать.

В качестве начинок для пирогов можно использовать дикорастущие и садовые ягоды (чернику, бруснику, клюкву, малину, землянику, голубику, ежевику), повидло, джем, варенье, протертые ягоды. В джемы, повидло, варенье и протертую с сахаром ягоду рекомендуется добавлять 1–2 столовые ложки крахмала или муки для закрепления структуры начинки. Если начинкой является варенье, ягоды необходимо отделить от сиропа.

Предлагаемые начинки могут использоваться при выпечке

пирогов и пирожков из дрожжевого, дрожжевого слоеного, а также пресного и слоеного пресного теста.

Изделия из дрожжевого теста

Расстегай московский с мясом и яйцом

800 г мяса (мякоти), 3 столовые ложки маргарина, 5 сваренных вкрутую яиц, соль, перец черный молотый.

Тесто приготовить по основной рецептуре. Мясо нарезать небольшими кусочками и пропустить через мясорубку или порубить ножом. Измельченное мясо положить на противень (или сковороду), смазанный маргарином, немного потушить, затем вторично пропустить через мясорубку (или порубить), добавить к нему соль, перец, рубленые яйца.

Из теста сформовать шарики весом около 150 г, дать им расстояться в течение 8—10 мин, из шариков раскатать круглые лепешки, положить па них начинку (70–80 г) и защипить края (середина расстегая должна быть открытой). Сформованные расстегаи положить на противень, смазанный маргарином, и оставить на 10–15 мин, затем выпекать при температуре 210–220 °С. После выпечки расстегаи смазать сливочным маслом. Расстегай — закусочный пирог. Его подают к крепкому мясному бульону или к рыбной ухе.

Расстегай московский с грибами и рисом

200 г сушеных грибов, 1 головка репчатого лука, 2–3 столовые ложки маргарина, 100 г риса, соль, перец черный молотый.

Тесто приготовить по основной рецептуре. Грибы отварить, откинуть на дуршлаг, тщательно промыть, пропустить через мясорубку или порубить. Лук мелко нарезать, слегка обжарить, добавить к нему грибы и все пожарить в течение 3–5 мин. Жареные грибы с луком охладить, смешать с отваренным рассыпчатым рисом, посолить, поперчить. Из теста и приготовленной начинки сформовать расстегаи. После выпечки расстегаи смазать маслом. Готовые расстегаи подать с грибным бульоном.

Кулебяка с мясом и рисом

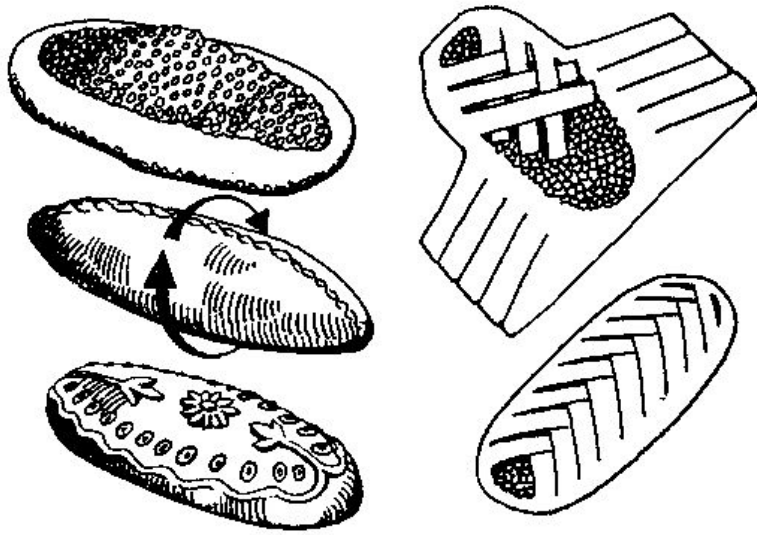
50 г дрожжей, 1,75 стакана молока, 100–125 г масла, 2 столовые ложки сахара, 4–5 яичных желтков, 1/5 чайной ложки соли, 600–700 г муки. Начинка — по основной рецептуре.

Приготовить дрожжевое тесто по безопарному или опарному способу. Тесто раскатать в виде продолговатой овальной лепешки шириной 12–13 см, толщиной 1 см. Начинку положить горкой, покрыть ее слоем теста толщиной 0,7 см, красиво защипить края, так, чтобы шов был одновременно и бордюром-украшением кулебяки. Поверхность пирога украсить элементами из теста. Подготовленную кулебяку поставить в теплое место для расстойки на 15–20 мин, затем поверхность ее смазать желтком, сделать на ней наколы вилкой. Выпекать кулебяку при температуре 210–220 °С. Готовность можно проверить проколом чистой тонкой деревянной палочкой или спичкой. Если спичка после прокола остается сухой, пирог готов.

Кулебяку можно испечь и с другими начинками (с капустой, грибами, рыбой, кашей, курятиной). Начинка может состоять из нескольких продуктов, переслоенных блинами или тонкими слоями, выпеченными из того же теста. Следует иметь в виду, что начинки для кулебяки должны быть предельно готовыми, прошедшими достаточную тепловую обработку. Используемые для переслаивания блины или тестовые прокладки должны быть хорошо пропеченными. Кулебяка с сочными влажными начинками обязательно переслаивается.

Допускается различное формование кулебяки. Можно раскатывать нижний и верхний овалы раздельно или раскатать лепешку вдвое большего размера, на середину ее положить начинки, края соединить, защипить, перевернуть кулебяку швом вниз.

Кулебяку подают к мясному, грибному или рыбному бульону, а также в качестве закуски.



Оформление кулебяки.

Праздничный пампушник

6 стаканов муки, 3 стакана молока, 50 г дрожжей, 6 столовых ложек масла, 2 стакана сахара, 3 желтка, 1 чайная ложка соли, ванилин.

Два стакана муки высыпать в кастрюлю, заварить молоком, хорошо растереть. Когда масса остынет, влить в нее разведенные теплым молоком дрожжи, вымесить тесто и поставить его в теплое место для брожения. Желтки растереть с сахаром, присоединить их к подошедшему тесту, добавить соль, ванилин, оставшуюся муку, замесить мягкое, но не жидкое тесто, после этого влить в него оставшееся теплое молоко (можно добавить изюм, дробленые ядра орехов, цукаты), окончательно вымесить, не давая времени для брожения, разложить в подготовленные формы (тесто должно занимать 1/3 объема формы) и сразу же поставить в духовку для выпечки.

Праздничные булочки по-английски

Для опары: 4 столовые ложки муки, 25 г дрожжей, 1 чайная ложка сахара, 1/2 стакана молока, 1/2 стакана

воды.

Для теста: 350 г муки, 1 чайная ложка (без верха) соли, 1/2 чайной ложки молотых пряностей (гвоздики, корицы, кардамона, мускатного ореха), 2 столовые ложки сахара, 2–3 столовые ложки масла, 1 сырое яйцо, 100 г мелкого изюма.

Для глазури: 2 столовые ложки молока, 2 столовые ложки воды, 2 столовые ложки сахара.

Приготовление опары. Муку всыпать в широкую миску или кастрюлю. Молоко, разведенное водой, подогреть до 50 °С, смешать с мукой, добавить растворенные в теплой воде дрожжи и сахар, подождать, когда масса вспенится.

Приготовление теста. Муку, соль, пряности и сахар хорошо перемешать. Яйцо растереть с маслом и соединить с вспенившейся опарой, к полученной массе добавить муку с пряностями, замесить мягкое тесто, выложить его на стол, подпыленный мукой, и вымесить тесто до получения однородной массы. Затем добавить к нему изюм и дать подойти, укрыв салфеткой. Готовое тесто разделать на булочки, уложить их на противень, смазанный маслом, дать подойти и выпекать в горячей духовке в течение 15–20 мин.

Приготовление глазури. Молоко, воду и сахар довести до кипения, подержать на огне 2–3 мин. До окончания выпечки булочки два-три раза смазать глазурью.

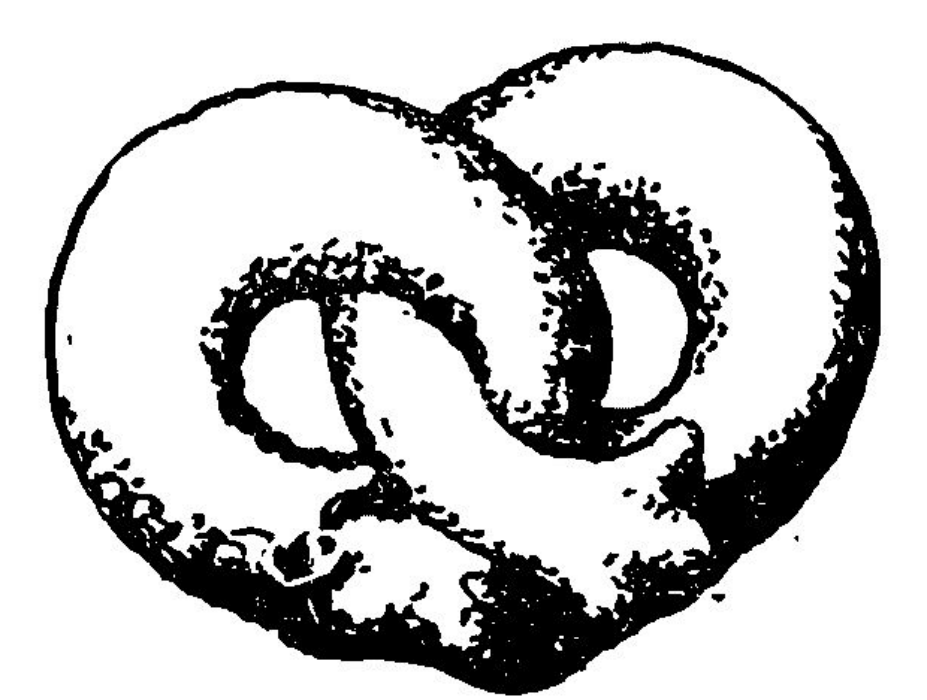
Крендель

50—60 г дрожжей, 2 стакана молока, 6 желтков, 150–200 г сахара, 200–250 г сливочного масла, 1 кг муки, 150–200 г изюма, 1 чайная ложка соли, 2 столовые ложки рубленых цукатов, тертая цедра 1 лимона, чайная ложка измельченного кардамона, миндаль, сахарная пудра.

Дрожжи развести теплым молоком, добавить чайную ложку сахара, примерно половину муки, замесить жидкое тесто — опару, поставить ее на 20–30 мин в теплое место, затем присоединить к ней 4 взбитых с сахаром желтка, растертое добела масло, соль, кардамон, оставшуюся муку и вымесить тесто, в последнюю очередь к тесту добавить изюм, цукаты, цедру и вновь все перемешать. Замешенное тесто поставить в теплое

место для брожения, 2–3 раза обмять его. Поднявшееся тесто раскатать в виде длинного жгута, сформовать крендель, положить его на лист, смазанный маслом, и оставить для расстойки. Ядра миндаля ошпарить или на некоторое время залить кипятком, снять с них кожицу, просушить и измельчить. Подошедший крендель смазать желтком, посыпать ядрами миндаля и испечь в духовке при температуре 210–220 °С. Охлажденный крендель посыпать сахарной пудрой.

Из такого же теста можно сформовать венок. Для этого тесто разделяют на три равные части, раскатывают три одинаковых жгута, сплетают их косичкой, косичку укладывают в виде венка на смазанный маслом лист, оставляют для расстойки и затем выпекают, смазав поверхность желтком и посыпав ее орешками. После охлаждения венок посыпают сахарной пудрой.



Крендель.

Крендель с шафраном

50 г дрожжей, 1,5 стакана сливок, 100–150 г сахара, 4 желтка, 4–5 ложек сливочного масла, 600 г муки, 100 г изюма, 1 столовая ложка рубленых цукатов, 1 чайная ложка молотого кардамона, 1/2 чайной ложки шафрана (за 10 дней до выпечки кренделя шафран залить спиртом или водкой), 3/4 чайной ложки соли, миндаль.

Приготовить опару. В готовую опару добавить 2 взбитых с сахаром желтка, соль, кардамон, 2–3 столовые ложки шафранной настойки, растертое добела масло, всю оставшуюся муку, изюм, цукаты, замесить тесто, поставить его в теплое место для брожения, 2–3 раза обмять. Из готового теста сформовать крендель, положить его на смазанный маслом лист, поставить для расстойки, затем смазать желтком, украсить ядрами ошпаренного кипятком, просушенного и измельченного миндаля и испечь при температуре 220 °С.

Вензель

30 г дрожжей, 6 столовых ложек сливочного масла или маргарина, 3/4 стакана сахара, 1/2 стакана молока, 2 яйца, 600 г муки, 1/2 стакана изюма, соль на кончике ножа, ванилин (или цедра), сахарная пудра.

Тесто приготовить безопарным способом, добавив в него изюм и ванилин. Из готового теста раскатать гладкий жгут, ножницами сделать с обеих его сторон надрезы, жгут завернуть в виде венка или подковы, надрезанные концы красиво сплести в виде косички, вензель положить на смазанный маслом лист, оставить на 15–20 мин для расстойки, затем смазать поверхность его желтком, посыпать орешками, вензель испечь при температуре 200–220 °С, остывший вензель посыпать сахарной пудрой. Вензель можно сформовать по-другому: из теста сделать три одинаковых жгута, сплести из них косичку и завернуть ее венком.

Рулет с корицей

30 г дрожжей, 1,25 стакана молока, 100 г сахара, 4 столовые ложки сливочного масла или маргарина, 3 желтка (1 желток для смазывания поверхности рулета), 450–500 г муки, 1/2 чайной ложки соли, 1 чайная ложка измельченного кардамона или тертой цедры лимона.

Для начинки: 2 столовые ложки сливочного масла, 3 столовые ложки сахара, 1–2 чайные ложки корицы, 1 столовая ложка рубленых орехов.

Дрожжи раскрошить, растереть с одной чайной ложкой сахара, развести теплым молоком. К разведенным дрожжам добавить при постоянном помешивании примерно половину муки и поставить опару. В готовую опару ввести 2 взбитых с сахаром желтка, соль, кардамон или цедру лимона, растертое добела масло или маргарин, оставшуюся муку и замесить тесто. Тесто поставить в теплое место, два раза обмять. Из готового теста раскатать пласт прямоугольной формы толщиной 6–7 см, намазать его тонким слоем размягченного масла, посыпать корицей с сахаром и орехами, завернуть рулет, перенести его на лист, смазанный маслом, положить вниз швом, украсить листиками и цветками из теста, после расстойки поверхность рулета смазать желтками и наколоть вилкой. Рулет выпекать при температуре 210–220 °С.

Чешский калач

30 г дрожжей, 1,25 стакана молока, 100 г масла, 80 г сахара, 3 желтка, 500 г муки, соль на кончике ножа, ванилин, цедра лимона, 10 ядер грецких орехов, горсть изюма.

Дрожжи раскрошить, растереть с одной ложкой сахара, развести теплым молоком. В миске нагреть муку, смешать ее с солью, двумя взбитыми с сахаром желтками, измельченной цедрой лимона, ванилином, добавить теплое молоко, подготовленные дрожжи и растопленное масло, замесить тесто, припорошить его мукой, закрыть холщовой салфеткой и поставить в теплое место. Подошедшее тесто раскатать, положить в круглую форму, заполнить начинками, располагая их в виде кругов, например, в центре положить кружок из маковой начинки, далее — круг из белой творожной начинки, затем — круг из темной маковой начинки, и т. д. Поверхность калача смазать желтком, украсить измельченными орехами и изюмом. Калач выпекать до образования золотистой корочки.

Начинка творожная: 300 г творога, 2–3 столовые ложки сахара, 2–3 столовые ложки масла, 2 сырых яйца, ванилин, цедра лимона, щепотка соли.

Масло растереть с сахаром и яичными желтками, соединить с творогом, ванилином, цедрой лимона и солью, к полученной массе добавить взбитые в стойкую пену яичные белки, все перемешать.

Начинка из мака: 120 г мака, 2 столовые ложки сахара, 3/4 л молока, 1 столовая ложка масла, ванилин, корица, измельченная цедра лимона.

Молотый мак отварить в молоке с сахаром до мягкости, добавить к нему масло, пряности, мак охладить.

Ватрушки

30 г дрожжей, 1,25 стакана молока, 2 столовые ложки сахара, 3–4 столовые ложки сливочного масла или маргарина, 450 в муки, 1/2 чайной ложки соли, 1 желток для смазывания поверхности.

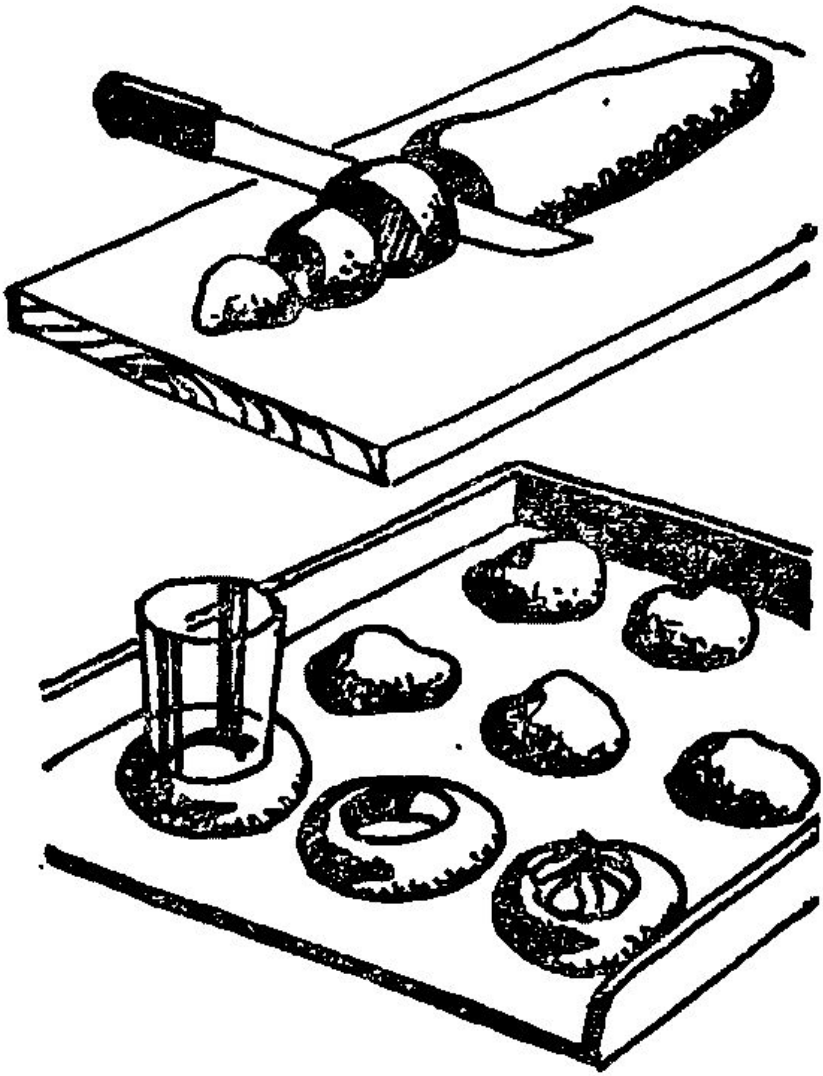
Для начинки: 500 г творога, 3 столовые ложки сахара, 4 желтка, 2 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки растопленного масла, 1 столовая ложка муки, тертая цедра лимона.

Тесто замесить по безопарному способу, дать ему подойти, 2 раза обмять. Из готового теста сформовать булочки, положить их на смазанный маслом лист на расстоянии 4–5 см друг от друга, оставить для расстойки на 10–15 мин, после чего донышком стакана в каждой булочке сделать углубление, края смазать желтком, углубление заполнить творожной начинкой.

Ватрушки выпекать при температуре 210–220°С.

Приготовление начинки: творог тщательно растереть, соединить с растопленным маслом, сметаной, цедрой лимона, мукой и взбитыми с сахаром желтками, все перемешать.

В качестве начинок для ватрушек могут также служить яблочный, сливовый, абрикосовый джемы, протертая с сахаром клюква. Одновременное использование нескольких начинок позволяет создать разнообразные по вкусу и оформлению изделия.



Приготовление ватрушек.

СЛОЕНОЕ ТЕСТО

Слоеное тесто бывает дрожжевым (кислым) и пресным. Пресное тесто используется чаще. Оно совсем не содержит сахара. Основными компонентами его являются мука, масло, яйца, вода и соль. Изделия из слоеного теста хрустящие, внутри — мягкие и

нежные.

Чтобы получить хорошую слоистую структуру теста, необходимо строго выполнять требования, предъявляемые к продуктам, из которых оно делается, а также к технологии его изготовления. Муку для теста следует использовать только пшеничную высшего качества, масло — сливочное. Эластичность и упругость тесту придает лимонная кислота, если нет лимонной кислоты, воду можно заменить кислым кефиром. Кислая среда способствует повышению вязкости белковых веществ муки. Слоистая структура теста обеспечивается его многократной раскаткой.

Основная рецептура слоеного теста: 500 г муки высшего сорта, 360 г сливочного масла, 1 сырое яйцо, 1 стакан кефира, 1/3 чайной ложки соли.

Приготовление слоеного теста

Процесс приготовления слоеного теста включает три стадии: замес теста, подготовку масла и обработку теста с маслом.

Из муки, яйца, кефира и соли замешивают однородное упругое тесто. Тесто охлаждают. К маслу добавляют небольшое количество муки и слегка его разминают, но не растирают. Масло должно быть пластичным и податливым.

Тесто раскатывают в виде квадрата, в центр его кладут масло. Тесто заворачивают в виде конверта, аккуратно защипляют края (в шов не должна попасть мука), затем тесто раскатывают в виде прямоугольника, в середине соединяют его противоположные концы, защипляют их, тесто складывают вдвое и выносят на холод на 30 мин. После этого тесто вновь раскатывают в виде прямоугольника, но в противоположном направлении, на середине соединяют концы, аккуратно защипляют шов, тесто еще раз складывают (так, чтобы шов оказался на изгибе) и выносят на холод. Через 30 мин его опять раскатывают, складывают вчетверо, выносят на 20–30 минут на холод, а затем формуют. Таким образом, тесто будет иметь 256 слоев. Необходимо помнить, что всякий раз, перед тем как раскатывать тесто после охлаждения, его следует развернуть на 90°, тогда физические усилия будут равномерно распределяться по всем направлениям.

Приготовление слоеного теста — процесс очень трудоемкий и длительный, но выпекаемые из такого теста изделия отличаются высоким качеством и приятным вкусом.

Есть другой способ получения слоеного теста — менее трудоемкий, но изделия из такого теста по качеству уступают изделиям, выпекаемым из слоеного теста, изготовляемого по

описанной выше технологии. Это приготовление так называемого рубленого слоеного теста.

Рубленое слоеное тесто приготавливают по двум рецептурам:

Первая рецептура — 2 стакана муки, 200 г масла или сливочного маргарина, 1/2—2/3 стакана холодной воды, 1/4 чайной ложки соли, 1 чайная ложка сахара.

Вторая рецептура — 2 стакана муки, 200 г масла или сливочного маргарина, 200 г сметаны, соль.

Муку просеивают на доску. Масло или маргарин режут кусочками, кладут на муку и рубят ножом. Соль и сахар растворяют в воде и соединяют с рубленой массой, все тщательно перемешивают до получения однородного теста (при второй рецептуре рубленую массу смешивают со сметаной).

Готовое тесто ставят на несколько часов (или на сутки) в холодильник. Перед формованием тесто следует 2–3 раза раскатать и сложить.

Изделия из слоеного теста

Из слоеного теста выпекают коржи для тортов и пирожных, пирожки с мясом, рыбой, брынзой, свежими ягодами и иными начинками, расстегаи, волованы — закусочные пирожки и другие изделия.

Коржи для торта из слоеного теста

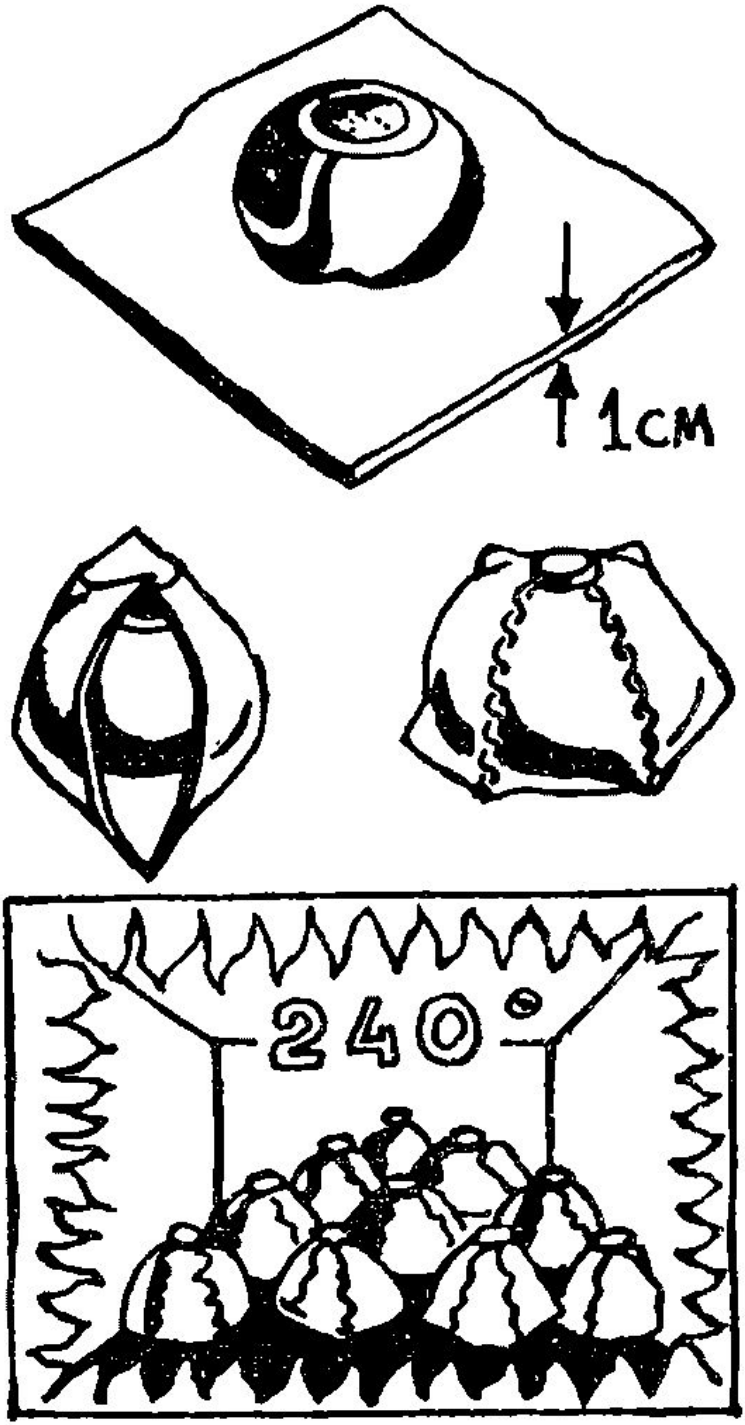
Тесто приготовить по основной рецептуре, раскатать тонким слоем (3–4 мм) по размеру противня или круглой формы. Противень сбрызнуть холодной водой, положить на него пласт раскатанного теста, наколоть его вилкой и поставить в горячую духовку (температура 240–250 °С) для выпечки. Чтобы проверить готовность коржа, угол его приподнимают ножом. У непропеченного коржа угол легко загибается. Готовый корж должен иметь золотисто-коричневый цвет. После охлаждения корж используют для приготовления торта или пирожных.

Яблоко в слойке

1 кг яблок, 1 стакан сахара, 1 столовая ложка сахарной пудры.

Тесто приготовить по основной рецептуре, раскатать пласт

толщиной 1 см, пласт нарезать на квадраты. Яблоки освободить от семечек и плодоножек, внутрь каждого яблока насыпать сахар. На каждый квадрат теста положить по яблоку, противоположные уголки теста соединить, скрепить и прочно защипить по шву. Вырезать из теста маленькие кружочки-пуговки и прилепить их сверху слоек, поверхность слоек смазать яйцом. Слойки выпекать при температуре 240 °С. Выпеченные изделия охладить, посыпать сахарной пудрой. Вместо сахара внутрь яблока можно положить брусничное варенье.



Яблоко в слойке.

Слоеные язычки

Слоеное тесто приготовить по основной рецептуре, раскатать пласт толщиной 1 см, с помощью овальной резной выемки вырезать из него лепешки, поверхность их посыпать крупным сахарным песком. Язычки положить на лист, смоченный водой, и выпекать при температуре 240–260 °С.

Слоеные трубочки

Тесто приготовить по основной рецептуре, раскатать тает толщиной 5 мм, нарезать из него полоски шириной 2 см и длиной 20 см. Полоски теста навернуть спиралью на металлические конусообразные трубочки-болванки (каждый последующий виток тестовой ленты должен плотно прилегать к предыдущему). Поверхность трубочек смазать яйцом. Трубочки выпекать при температуре 240–250 °С. После охлаждения трубочки наполнить кремом.

Слойка яблочная

Тесто приготовить по основной рецептуре, раскатать два пласта толщиной 3–4 мм. С помощью скалки перенести на лист сначала один пласт, расправить его, наколоть вилкой или кончиком ножа и испечь корж при температуре 240–250 °С. После этого так же испечь второй корж. Второй пласт теста перед выпечкой смазать желтком. После выпечки и охлаждения первый корж намазать густым яблочным джемом или повидлом, поверх яблочной начинки положить второй корж, имеющий блестящую глянцевую поверхность, слегка надавить на него. Острым тонким ножом нарезать пирожные прямоугольной формы.

Слоеные палочки с сыром

Тесто приготовить по основной рецептуре, раскатать пласт толщиной 5–6 мм, нарезать полоски длиной 8—10 см и шириной 1,5 см. Тестовые полоски смазать яйцом, посыпать тертым сыром и тмином, положить на лист, смоченный холодной водой и

выпекать при температуре 240 °С до золотисто-коричневого цвета. Слоеные палочки можно подать к чаю, кофе или к пиву.

Печенье из слоеного теста

Приготовить рубленое тесто, раскатать пласт толщиной 4–5 мм, выемками вырезать из него пластики различной формы, поверхность их смазать яйцом, посыпать маком или орешками, тмином либо крупными кристаллами соли, пластики положить на лист и выпекать до получения золотистого цвета.

Тесто можно нарезать на узкие полоски и, свернув их сердечком и соединив концы, сделать маленькие крендельки. Поверхность кренделькоов смазать яйцом, посыпать маком или тмином. Выпекать крендельки так же, как и печенье.

Кулебяка из слоеного теста

500 г муки, 400 г сливочного масла, 1 стакан кефира, 1 яйцо, 1 чайная ложка соли. Начинка — любая, приготовленная по основной рецептуре.

Приготовить слоеное тесто, раскатать пласт толщиной 0,5 см по длине противня, на середину пласта горкой положить начинку, соединить края теста, защипить их, кулебяку перевернуть швом вниз, положить на противень, смоченный холодной водой. Подготовленную кулебяку украсить узкими полосками теста, положив их крест-накрест, поверхность смазать яйцом и наколоть вилкой. Кулебяку выпекать при температуре 240 °С.

Волованы (гнезда)

Тесто приготовить по основной рецептуре, раскатать пласт толщиной 7–8 мм, круглой гладкой или резной выемкой нарезать четное количество кружков. Из половины кружков выемкой вырезать середину так, чтобы образовались кольца. Поверхность колец аккуратно смазать желтком (желток не должен попасть на боковые поверхности, иначе при выпечке не получится слоистость). Кружки, кольца и вынутые серединки выпечь при температуре 240 °С, охладить. Охлажденные кольца положить поверх кружков, гнезда заполнить начинкой, поверх начинки положить маленькие кружочки — крышечки.

В качестве начинки можно использовать различные пасты,

паштеты, кремы, овощные и мясные фарши. Волованы можно красочно оформить с помощью красного перца, каперсов, маслин, оливок, моченой брусники, клюквы и других продуктов.

Курник

Для начинки: 1 курица, 300 г белых грибов, 5 сваренных вкрутую яиц, 1 стакан риса, 1 столовая ложка масла, 1 столовая ложка рубленой зелени петрушки.

Для соуса: 2 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка муки, 2 стакана крепкого куриного бульона, 1/2 стакана сливок, 2 желтка.

Тесто приготовить по основной рецептуре. Курицу отварить до готовности, мясо отделить от костей, нарезать ломтиками, заправить соусом. Рис промыть, отварить, еще раз промыть, заправить маслом, добавить к нему одно рубленое яйцо, зелень петрушки. Грибы потушить в масле и заправить тем же соусом.

Из трех частей теста раскатать круглую лепешку толщиной 1–1,5 см, положить ее в смазанную маслом форму или на сковороду так, чтобы края формы были перекрыты слоем теста. На лепешку положить слоями начинки: рис, нарезанные кружками яйца, курицу, грибы, затем снова рис, яйца и т. д. Пирогу придать форму купола. Из оставшейся части теста раскатать лепешку, прикрыть ею куполообразную поверхность пирога, в середине сделать фигурное отверстие для выхода пара. Поверхность пирога смазать яйцом. Пирог выпекать в духовке при температуре 220 °С. Курник можно приготовить из дрожжевого и пресного теста.

Приготовление соуса: масло растереть с мукой, разбавить куриным бульоном, соединить со сливками. Массу поварить на пару до сметанообразной консистенции, после чего при непрерывном помешивании заправить желтками, растертыми с маслом. Готовый соус не рекомендуется подогревать (иначе желтки могут свернуться).

Курник — свадебный пирог. Его можно подать к праздничному столу.

Пирог из слоеного теста с сыром и шампиньонами

300 г слоеного теста, 2 головки репчатого лука, 1 столовая ложка растительного масла, 375 г свежих шампиньонов, 125 г сыра, соль, перец черный молотый,

зелень петрушки.

Тесто раскатать слоем 5–7 мм по размеру противня.

Противень смочить холодной водой. Тесто перенести с помощью скалки на противень, расправить. Лук пожарить в масле до золотистого цвета. Шампиньоны очистить, промыть, обсушить, нарезать половинками. Сыр нарезать кусочками и вместе с шампиньонами положить на слой раскатанного теста, посыпать жареным луком, рубленой зеленью петрушки, посолить, поперчить. Пирог выпекать при температуре 225–230 ˚С. Готовый пирог нарезать на порции, украсить букетиком зелени петрушки и подать в качестве закуски.

Слоеные пирожные «Наполеон»

Тесто приготовить по основной рецептуре, испечь коржи так же, как для яблочной слойки. Один корж намазать кремом, сверху положить второй корж, поверхность его смазать оставшимся кремом, посыпать крошками, полученными из обрезков от коржей, посыпать сахарной пудрой, на поверхность нанести рисунок из крема. Нарезать пирожные прямоугольной формы.

БИСКВИТНОЕ ТЕСТО

Бисквитные изделия характеризуются легкостью, мягкостью и пышностью, что обусловлено технологией приготовления бисквитного теста. Бисквит имеет нежную эластичную структуру и гладкую тонкую корочку. Готовые бисквиты используются для изготовления тортов и пирожных.

Бисквитное тесто готовят из муки, яиц и сахара.

Основная рецептура бисквитного теста: 3/4 стакана муки высшего сорта, 1 стакан сахара, 6 сырых яиц, 1 столовая ложка крахмала.

Приготовление бисквитного теста

Особенность технологии приготовления бисквитного теста — быстрое взбивание сахаро-яичной массы, мгновенное замешивание теста, очень быстрое (в течение 15 с) его формование и незамедлительная выпечка. При быстром взбивании яиц с сахаром происходит насыщение массы воздухом, что способствует образованию пористой структуры бисквита. Посуда и венички, используемые для взбивания яиц с сахаром,

должны быть безупречно чистыми, без следов жира.

Яйца взбивают с сахаром до увеличения массы в объеме в 2,5–3 раза. Во взбитую массу высыпают муку, смешанную с крахмалом, и быстро замешивают тесто. Готовое тесто быстро разливают в формы, заполняя их на 3/4 объема (так как при выпечке за счет расширения пузырьков воздуха тесто увеличивается в объеме). Заполненные формы сразу же ставят в духовку. Бисквит выпекают при умеренной температуре (180–200 °С). При более высокой температуре на поверхности бисквита образуется корочка, препятствующая удалению влаги, в результате чего бисквит может оказаться непропеченным и подгоревшим. После охлаждения такой бисквит оседает и становится плотным.

При выпечке форму с бисквитом не рекомендуется встряхивать, так как при резких движениях масса может осесть и уплотниться. В течение первых 10–15 мин выпечки не следует передвигать формы в духовке. Готовность изделия определяют путем прокола его деревянной иглой в центре.

Если игла сухая — бисквит готов.

Для того чтобы выпеченный бисквит легко извлекался из формы, перед формованием теста дно и края формы необходимо тщательно смазать размягченным маслом и застелить бумагой. Бумага предохранит выпеченный бисквит от излома при извлечении его из формы. Чтобы лист бумаги легче было отделить от выпеченного бисквита, под бумагу на несколько минут можно положить влажную салфетку или полотенце. Формы, для выпечки бисквитов могут использоваться круглые, овальные, фигурные и прямоугольные.

После охлаждения бисквит пропитывают сиропом, прослаивают кремом или другими начинками.

Сироп для пропитывания бисквита

1 стакан сахара, 1 стакан воды, 1 чайная ложка сока лимона, 1 столовая ложка коньяка или десертного вина.

В закипевшую воду положить сахар, размешивая, довести сироп до кипения и полного растворения кристаллов сахара, снять пену, сироп охладить. В охлажденный сироп добавить вино и сок лимона.

Аналогичным образом можно приготовить кофейный сироп, используя экстракт.

Кремы для прослаивания и отделки тортов и пирожных

Для прослаивания и отделки тортов и пирожных используют кремы из сливочного масла с различными добавками: молоком, яйцом, фруктово-ягодными концентрированными соками и сиропами, коньяком, а также кремы на белковой основе. В качестве красителей для кремов можно применять желтки (нежный желтый цвет), протертые с сахаром клюкву и красную смородину (розовый цвет), какао (красивый коричневый цвет), фруктовые ликеры (вишневый, клюквенный, брусничный).

Масляный крем с яичным желтком

200 г сливочного масла, 75 г сахарной пудры, 2 желтка, 1–2 столовые ложки коньяка, рома или бальзама.

Масло тщательно растереть или взбить с помощью миксера, смешать с просеянной сахарной пудрой, продолжая взбивать, добавить сначала один, потом второй желток, влить коньяк или ром.

Масляный яично-молочный крем

200 г сливочного масла, 1 яйцо, 100 г сахара, 1/2 стакана молока, 1–2 столовые ложки коньяка или ликера, ванилин.

Масло тщательно растереть или взбить с помощью миксера, взбивая, добавить яйцо. Из молока и сахара сварить довольно густой сироп, охладить его и по чайной ложке постепенно ввести во взбитое масло, добавить коньяк, ванилин, предварительно растворенный в небольшом количестве горячей воды.

Структура крема зависит от качества масла и его способности впитывать добавки, в частности молочный сироп. Если на креме появляются капельки росы, значит, сиропа добавлено больше, чем может поглотить масло. В таком случае в крем можно добавить 1–2 столовые ложки порошка какао, структура крема станет однородной.

Масляный крем со сгущенным молоком

200 г сливочного масла, 200 г сладкого сгущенного молока (можно использовать сгущенное молоко с кофе или какао), 1–2 столовые ложки коньяка, ликера или

бальзама.

Масло взбить до образования однородной пышной массы, постепенно, по чайной ложке, ввести в него сгущенное молоко, добавить вино.

Масляный крем с фруктовыми добавками

200 г сливочного масла, 3/4 стакана клюквы, брусники или красной смородины, протертых с сахаром, 2–3 столовые ложки ликера.

Масло взбить, постепенно, по чайной ложке, ввести ягодные добавки и ликер.

Белковый крем

4 яичных белка, 1 стакан сахара, несколько кристалликов лимонной кислоты.

Белок взбить с помощью миксера, добавить к нему лимонную кислоту, затем постепенно, продолжая взбивать белок, ввести в него сахар. Крем взбивать до полного растворения кристаллов сахара.

Белковый крем можно приготовить другим способом. Белок взбить до получения пышной стойкой пены. Из сахара и 1/2 стакана воды сварить густой сироп. Горячий сироп тонкой струйкой ввести в белок, не прекращая взбивать его. Сбивание крема продолжать до полного его охлаждения.

Глазури для отделки тортов и пирожных

Глазури обычно получают из сахарной пудры и яичного белка с добавлением какао, концентрированных фруктовых сиропов и пряностей. Глазурь должна быть в меру густой и достаточно текучей. Регулировать консистенцию глазури можно добавлением сахарной пудры либо жидкости. Чтобы изделия, покрытые глазурью, не были матовыми, перед глазированием поверхность их рекомендуется покрыть тонким слоем фруктового повидла.

Белая сахарная глазурь

1 яичный белок, 1/2—3/4 стакана сахарной пудры.

В маленькую мисочку вылить яичный белок, непрерывно взбивая его, постепенно добавить, просеивая через ситечко, сахарную пудру. В глазурь можно прибавить несколько капель сока лимона.

Ягодная глазурь

200 г сахарной пудры, 3–4 столовые ложки сока земляники (малины, клюквы или красной смородины), 1–2 столовые ложки горячей воды.

Сахарную пудру просеять через ситечко в маленькую мисочку, добавить сок земляники и горячую воду, все тщательно растереть деревянной ложкой или лопаточкой до получения однородной блестящей массы.

Какао-глазурь

100 г сахарной пудры, 3 чайные ложки порошка какао, 2–3 столовые ложки горячей воды.

Смешать сахарную пудру и порошок какао, просеять их через ситечко в миску, добавить горячую воду, все тщательно перемешать до получения однородной массы.

Шоколадная глазурь

150 г сахарной пудры, 2 столовые ложки порошка какао, 3 столовые ложки горячей воды, 2 столовые ложки растопленного сливочного масла.

Смешать порошок какао и сахарную пудру, просеять их через ситечко в миску, добавить горячую воду, растопленное масло, все тщательно перемешать до получения блестящей однородной массы.

Кофейная глазурь

200 г сахарной пудры, 4 столовые ложки кофейного

экстракта, 1 чайная ложка сливочного масла.

Сахарную пудру просеять через ситечко в миску, добавить горячий кофейный экстракт и масло, все тщательно растереть до образования однородной блестящей массы.

Желе для отделки тортов и пирожных

Желе приготавливают из сахара, воды, желатина, ягодных соков, свежих ягод и плодов, красного вина и различных ароматизирующих добавок. Желе может использоваться как самостоятельное блюдо в качестве десерта. В таком случае его разливают в специальные металлические формочки, в которых оно застывает. Извлекают желе из формочек кратковременным их погружением в теплую воду.

Желе, предназначенное для отделки тортов и пирожных, охлаждают до тягучего состояния и заливают им поверхность изделий. После этого изделия выдерживают в холодном месте до полного застывания желе.

Желе вишневое

4 стакана вишни, 1 стакан сахара, 1 столовая ложка желатина, 3 стакана воды.

Спелую вишню промыть холодной водой, откинуть на сито или дуршлаг, дать стечь воде, затем вишню положить в кастрюлю и потолочь. Толченую вишню снова выложить на сито (дуршлаг), слегка отжать ложкой в кастрюлю сок. Выжимки залить водой, довести до кипения, процедить. В чистый отвар положить сахар, размоченный желатин, влить вишневый сок, все проварить до растворения желатина, сироп снять с огня, процедить.

Желе яблочное

400 г яблок, 1 стакан сахара, 1,5 стакана воды, 2' чайные ложки желатина.

Яблоки нарезать дольками, удалив сердцевину, залить водой, довести до кипения, затем всыпать в них сахар. Яблоки проварить до мягкого состояния. Проваренные яблоки протереть через дуршлаг. В яблочное пюре ввести размоченный желатин, пюре

поставить на огонь и варить при непрерывном помешивании до полного растворения желатина.

Желе лимонное

1 лимон, 1 стакан сахара, 1 столовая ложка желатина, 3 стакана воды.

С лимона снять цедру, залить ее водой и довести до кипения, добавив сахар, затем ввести размоченный в воде желатин, все хорошо размешать до растворения желатина, влить сок лимона, сироп снять с огня и процедить.

Изделия из бисквитного теста

Бисквит с какао

2/3 стакана муки, 1 стакан сахара, 6 яиц, 2,5 столовые ложки порошка какао, 1 столовая ложка картофельного крахмала.

Бисквитное тесто приготовить так же, как по основной рецептуре. Перед тем как замешивать тесто, перемешать муку, порошок какао и крахмал. При сочетании основного светлого бисквита и бисквита с какао можно получить оригинальные по цвету изделия.

Бисквит буше

1,25 стакана муки, 1 стакан сахара, 10 яиц.

Желтки отделить от белков и взбить с сахаром до увеличения массы в объеме примерно в 2 раза и до полного растворения кристаллов сахара, добавить муку, замесить тесто. Замешивая тесто, ввести в него отдельно взбитые белки. Тесто должно быть легким и пышным. Готовое тесто сразу же отформовать. Для формования используется специальный кондитерский мешок с металлическим наконечником. Тесто отсаживают на покрытый шероховатой бумагой металлический лист (на гладкой бумаге тесто растекается и выпеченные изделия получаются плоскими, непривлекательными).

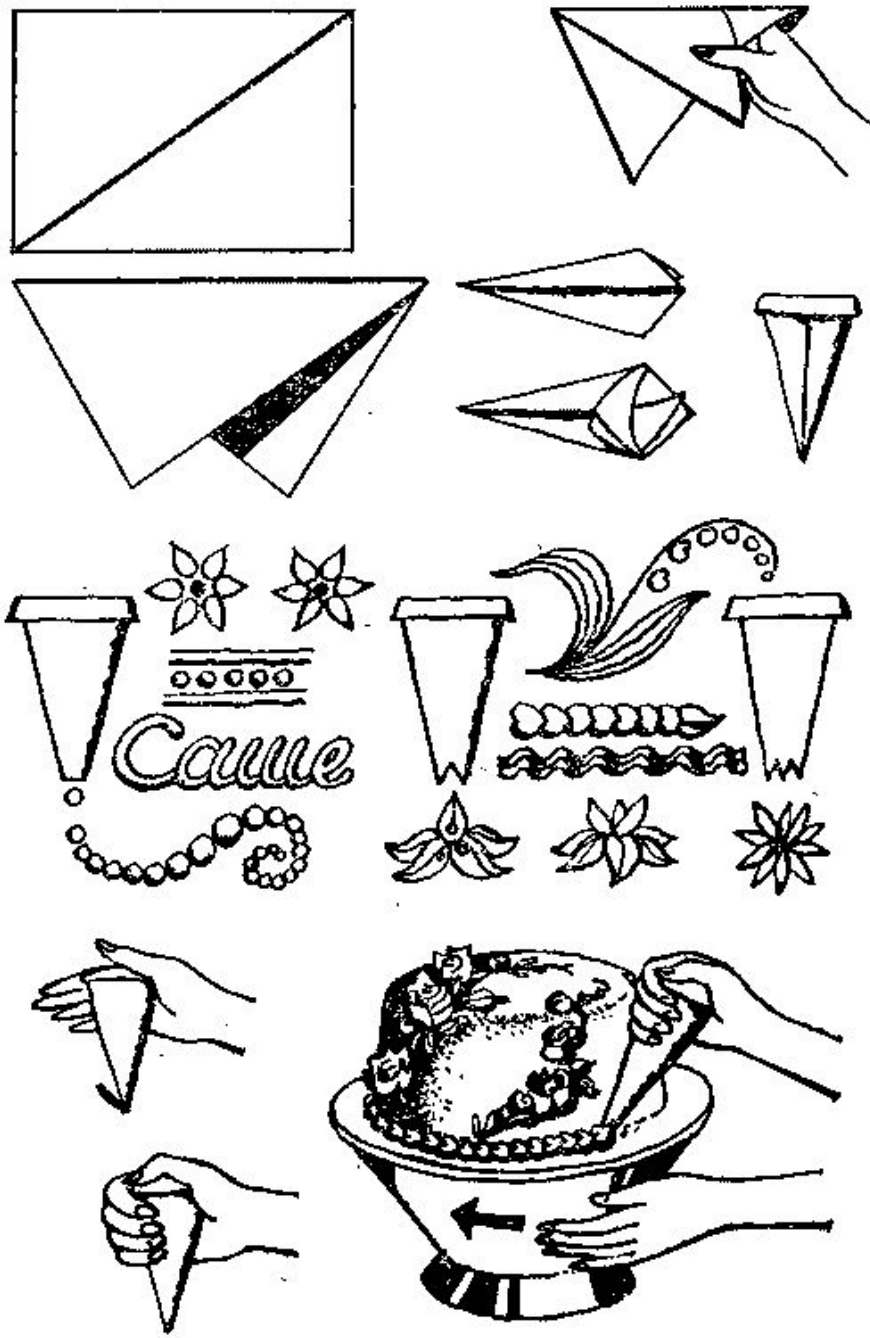
Следует помнить, что белки взбиваются быстрее, чем желтки,

с сахаром, поэтому сначала надо взбивать желтки. Взбитые белки не должны долго стоять, иначе пузырьки воздуха быстро разрушатся, и воздушная белковая масса осядет. В белках не должно быть даже следов желтка, снижающего пенообразующую способность белка. Чем быстрее осуществляются замес и формование теста, тем выше будет по качеству готовый бисквит.

Бисквитный земляничный торт

Для начинки: 3 стакана земляники, 1/2 стакана сахара, 1 столовая ложка желатина.

Бисквитное тесто приготовить по основной рецептуре. В круглых формах испечь две лепешки. После охлаждения каждую лепешку разрезать по горизонтали так, чтобы получилось четыре пласта. Пласты положить один на другой, переслоив их заранее приготовленным земляничным пюре. Поверхность торта украсить свежими ягодами земляники и залить земляничным желе.



Оформление торта.

Бисквитный пирог с яблоками

4 столовые ложки муки, 6 столовых ложек сахара, 5 яиц, 3–4 яблока, корица.

Яблоки промыть, очистить, освободить от семян, нарезать ломтиками, посыпать корицей, перемешать. Белки отделить от желтков. Желтки взбить с сахаром, смешать с яблоками, добавить муку и отдельно взбитые белки, все быстро перемешать, вылить в форму (или на сковороду), смазанную размягченным маслом и посыпанную сухарями. Пирог выпекать при температуре 180–200 ˚С. Готовый пирог подать к чаю или с молоком.

Бисквитный пирог с клюквой

4 столовые ложки муки, 6 столовых ложек сахара, 5 яиц, 1,5 стакана клюквы.

Бисквитное тесто приготовить как указано в предыдущем рецепте. В форму (или на сковороду), смазанную маслом и посыпанную панировочными сухарями, насыпать клюкву, залить ее бисквитной массой. Пирог выпекать при температуре 180–200 ˚С.

Бисквитный торт лимонный

1,5 стакана муки, 1 стакан сахара, 8 яиц, 9 столовых ложек сливочного масла, цедра 2 лимонов, 1 столовая ложка сахарной пудры.

Размягченное масло смешать с сахаром и тертой лимонной цедрой не переставая размешивать, ввести в масло с сахаром (постепенно, по одному) желтки. Растирая массу, добавить к ней муку и взбитые в крепкую пену белки. Вымешенное тесто вылить в форму (или на сковороду), смазанную размягченным маслом и посыпанную сухарями.

Торт выпекать при температуре 210–220 ˚С. После охлаждения поверхность торта посыпать сахарной пудрой, украсить цукатами.

Торт «Рыжик»

3 стакана муки, 2 яйца, 1 стакан сахарной пудры, 3 столовые ложки масла, 2 столовые ложки меда, 2 чайные

ложки питьевой соды, 4 столовые ложки уксуса, готового к употреблению.

Для крема: 500 г сметаны, 1 стакан сахара.

Яйца взбить с сахарной пудрой, добавить размягченное масло и мед, не прекращая взбивания, поставить массу на водяную баню и нагреть до температуры 75–80°С. Нагретую массу снять с водяной бани, добавить к ней муку и выпечь 12 коржей (на каждый корж приходится одна столовая ложка теста). Сметану взбить с сахаром. Румяные коржи положить один на другой, каждый корж залить взбитой сметаной и слегка прижать так, чтобы вытекло немного сметаны. Образующиеся потеки украсят торт.

Торт «Золотой колос»

1 столовая ложка муки, 3/4 стакана сухарей из белого хлеба, 5 сырых яиц, 3 столовые ложки сахара, 1 чайная ложка какао.

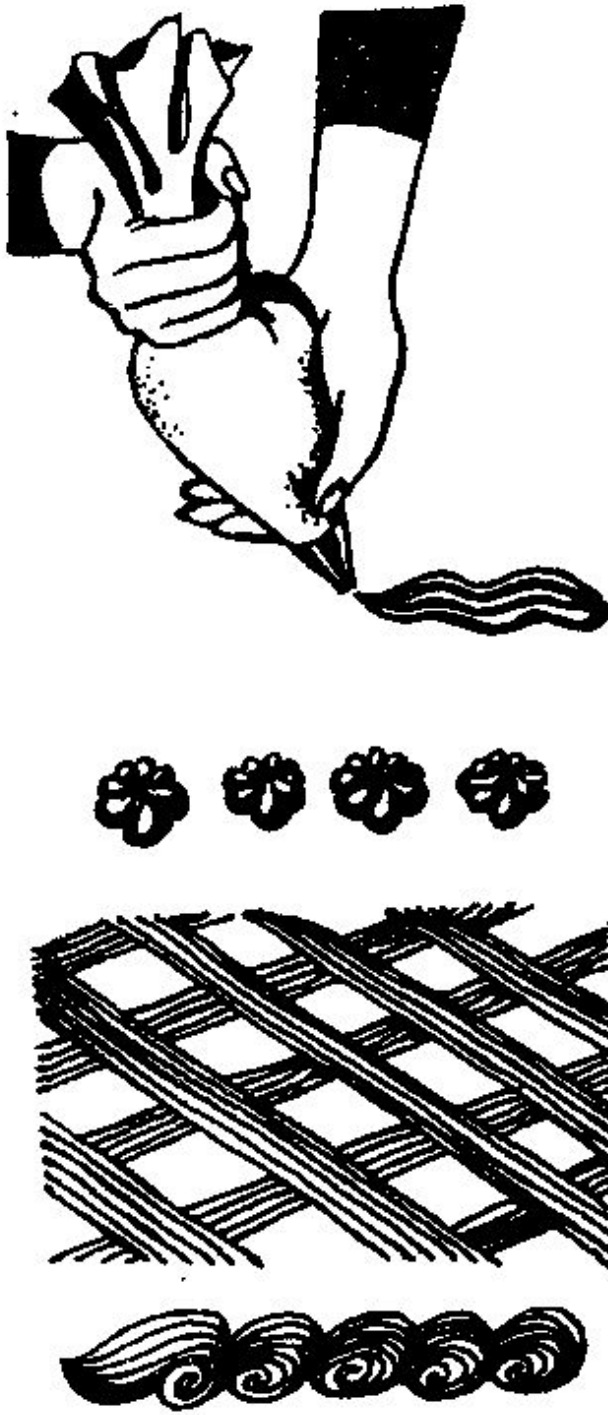
Для сиропа: 6 столовых ложек сахара, 12 столовых ложек воды, 4–5 столовых ложек коньяка.

Для крема: 200 г сливочного масла, 2–3 столовые ложки сгущенного молока, 2 столовые ложки коньяка (для получения шоколадного крема добавляется 1 столовая ложка порошка какао).

Сухари дважды пропустить через мясорубку, просеять. Яйца и сахар взбить до получения пышной однородной массы, добавить какао, муку, сухари, быстро замесить тесто, выложить его в круглую форму или на сковороду, смазанную жиром, и поставить в духовку. Бисквит выпекать при температуре 180–200°С.

Из воды и сахара сварить сироп. В охлажденный сироп добавить для ароматизации коньяк. Предназначенное для крема масло взбить до получения пышной массы, добавить сгущенное молоко и коньяк (для получения шоколадного крема добавить какао).

Охлажденный бисквит разрезать на три коржа, пропитать их сиропом, положить один на другой, прослаивая кремом. Сверху торт украсить колосьями и цветками ромашек из крема.



Нанесение рисунка из крема.

ПЕСОЧНОЕ ТЕСТО

Изделия из песочного теста характеризуются высокой калорийностью, рассыпчатостью, приятным нежным вкусом. Они содержат много жира, сахара, яиц. Из песочного теста выпекают пироги, готовят торты, пирожные, печенье и другие изделия.

Основная рецептура песочного теста: 250 г маргарина, 1 стакан сахарной пудры или сахара, 1 яйцо, 8 полных столовых ложек муки высшего или первого сорта, соль, сода (на кончике ножа).

Приготовление песочного теста

Замес. Маргарин тщательно растирают с сахарной пудрой до получения однородной массы, добавляют яйцо и продолжают перемешивать до полного растворения кристаллов сахара. После этого в массу вводят питьевую соду, нейтрализуя ее несколькими каплями сока лимона или уксусом, для ароматизации — ванилин, корочки лимона, настоянные на спирте или водке, корицу. В подготовленную массу засыпают муку и быстро замешивают тесто. Тесто получается нежное, легкое, пластичное, оно хорошо принимает и сохраняет любую форму, из него можно лепить различные фигурки. Песочное тесто, в отличие от дрожжевого, нельзя мять, иначе оно потеряет пластичность, станет упругим, резиноподобным, плотным, а изделия из него будут твердыми.

Формование. Слегка подпылив стол мукой, выкладывают на него тесто, придав ему форму прямоугольника, тесто раскатывают от середины к краям равномерно по всем направлениям. Толщина раскатываемого слоя зависит от того, какие изделия из него будут изготовляться. Так, для пирогов, тортов, пирожных толщина слоя теста должна быть 8—10 мм, для печенья — 4–6 мм. Песочные изделия выпекают на противне или в форме. Для формования песочного печенья используют металлические выемки. Изделия из песочного теста выпекают в духовке при температуре 180–220 °С.

Изделия из песочного теста

Песочное печенье

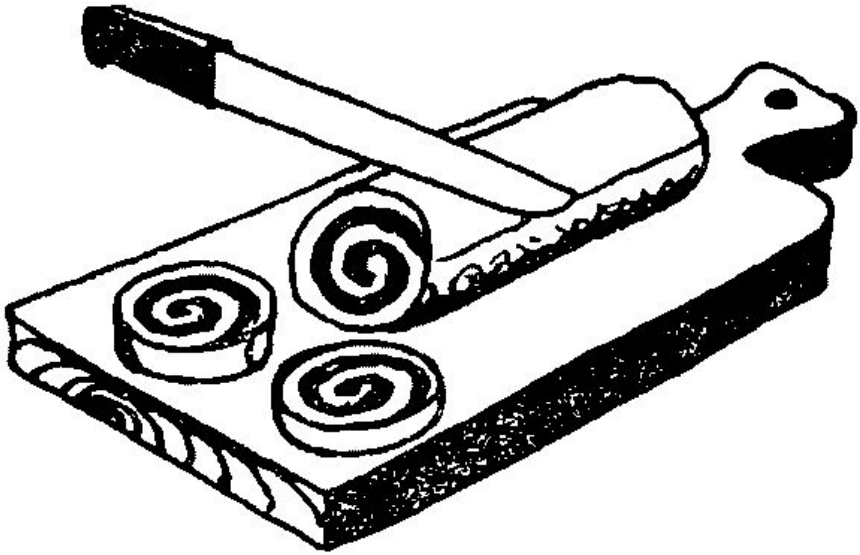
Из песочного теста, приготовленного по основной рецептуре, раскатать пласт толщиной 4–6 мм, с помощью металлических выемок вырезать различной формы заготовки, смазать их яйцом или желтком, посыпать орешками или маком с сахаром, положить на противень и выпечь в духовке. Для отделки поверхности печенья можно использовать изюм, курагу, чернослив, цукаты из апельсинной корочки.

Печенье «Ватрушки»

Круглой выемкой (диаметром 3 см) или рюмкой вырезать из песочного теста, приготовленного по основной рецептуре, лепешки, в центре их сделать углубления. Края лепешек смазать желтком, углубления заполнить густым яблочным или сливовым джемом, брусничным вареньем, протертой с сахаром клюквой или творожным сырком. Эти начинки при выпечке обычно не растекаются, начинки с большим количеством сиропа лучше не использовать, так как при выпечке сироп может вытечь, пригореть, а готовые изделия будут иметь непривлекательный вид. Можно приготовить двухцветное песочное печенье: светлое и темное. Для получения темного печенья в тесто, приготовленное по основной рецептуре, необходимо добавить 1–2 столовые ложки какао.

Рулетики

По основной рецептуре приготовить песочное тесто двух цветов: светлое и темное (с добавлением 2–3 ложек какао), раскатать два одинаковых по размеру прямоугольника, смазать их яйцом и положить один на другой, аккуратно завернуть рулет, поместить его на 20–30 мин в холодильник (лучше в морозильную камеру), после этого рулет аккуратно нарезать тонким ножом. Полученные рулетики положить на лист и поставить в духовку для выпечки.



Приготовление рулетиков.

Грибочки

Тесто приготовить по основной рецептуре, разделить на две части, в одну из частей добавить 2–3 столовые ложки какао. Из темного песочного теста скатать несколько шариков различного размера, положить их на стол и, слегка поворачивая шарики указательными пальцами обеих рук, придать им куполообразную форму — получатся шляпки грибочков. Шляпки смазать яйцом и испечь. Сделать такое же количество шариков из светлого теста, придать им форму ножки гриба, так, чтобы один конец был заостренным, а другой — тупым. Тупую часть ножки смазать яйцом, обмакнуть в мак или поджаристую крошку из того же теста. Ножки грибочков испечь. После охлаждения изделий маленьким острым ножом аккуратно высверлить в шляпках углубления, смазать их яйцом и вставить в них ножки. На 5–7 мин грибочки поместить в духовку, с тем, чтобы шляпки прочнее закрепились на ножках. Грибочки — вкусные, красивые изделия, они очень нравятся детям. Грибочки можно положить в корзиночку и украсить кленовыми листьями или гроздью рябины.

Орешки

Для формования орешков из песочного теста используются специальные формы — орешницы. Тесто приготовляется по основной рецептуре. Начинкой для орешков может служить любое варенье, джем, конфитюр, сгущенное молоко, сваренное на водяной бане (варить 3–4 ч), или крем.

Корзиночки

Песочное тесто, приготовленное по основной рецептуре, раскатать ровным слоем толщиной 5–7 мм. На поверхность теста положить формочки-корзиночки так, чтобы они врезались в тесто. Большими пальцами обеих рук слой теста равномерно вмять в донышко корзиночек, разгоняя тесто от центра дна к краям. Ребром правой ладони срезать избыток теста с краев формочек, указательным пальцем сделать проколы теста в донышках форм. Все эти несложные операции необходимы для того, чтобы создать в корзиночках полости для наполнения их начинками. Корзиночки выпекать при температуре 200–210°С до появления золотистого цвета.

После выпечки корзиночки выдержать некоторое время в формах для охлаждения, затем извлечь их из форм и заполнить джемом, кремом или различными фруктово-ягодными смесями. Поверхность корзиночек можно отделать сметанным, сливочным или белково-сбивным кремом.

Подобным образом изготовляются тарталетки, которые в отличие от корзиночек заполняют свежими или консервированными фруктами и ягодами.

Песочное кольцо

Песочное тесто приготовить по основной рецептуре.

Раскатать слой теста толщиной 8–9 мм, специальной выемкой вырезать кольца, поверхность их смазать желтком, посыпать дробленными ядрами орехов, кольца испечь в духовке.

Песочная полоска

Раскатать два слоя песочного теста толщиной 5–6 мм, на скалке перенести слой теста на противень, на поверхность его нанести тонкий слой густого джема или тертого с цедрой лимона, смешанного с сахаром. Поверх начинки положить второй слой

теста, поверхность его смазать яйцом, посыпать орехами, края выровнять ножом. После выпечки изделие осторожно снять с противня на деревянную доску, нарезать пирожное в виде ромбов, квадратов, прямоугольников, треугольников. После полного охлаждения пирожные посыпать сахарной пудрой, украсить цукатами.

Пирог из песочного теста с брусникой и яблоками

Для начинки: 1 стакан брусники, 3–4 яблока среднего размера, 1/2 стакана сахара, 1 столовая ложка картофельного крахмала, 1/2 чайной ложки корицы.

Из песочного теста, приготовленного по основной рецептуре, раскатать круглую лепешку, положить ее в разъемную форму или на сковороду, аккуратно оформить бортик, лепешку поставить в духовку и слегка подрумянить. Бруснику промыть холодной водой, откинуть па дуршлаг, дать стечь воде. После этого ягоды смешать с сахаром и крахмалом и равномерно положить на донышко лепешки, сверху положить тонкие ломтики яблок, посыпать их сахаром и корицей. Пирог выпечь до готовности. К пирогу можно подать взбитые сливки или молоко.

Пирог из песочного теста с малиной или земляникой

Для начинки: 2 стакана малины или земляники, 1 стакан сметаны, 2 яйца, 2 столовые ложки сахара.

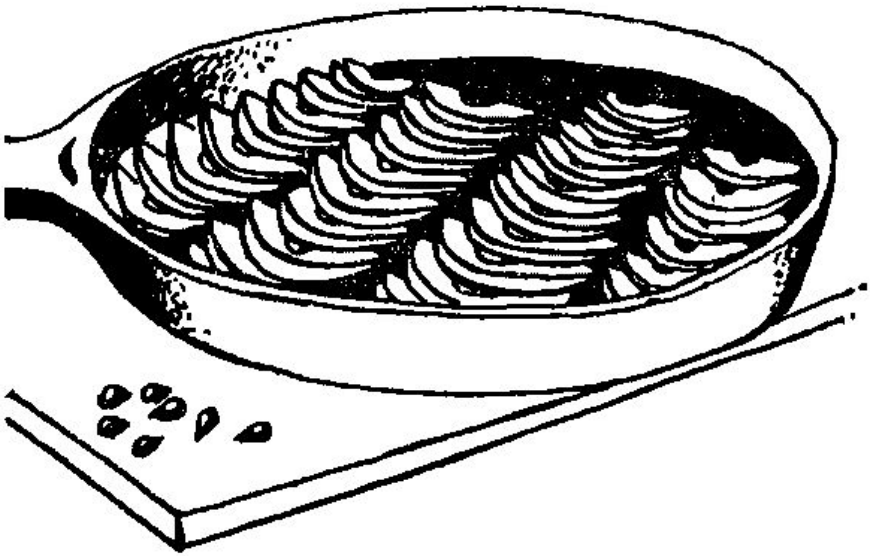
Тесто приготовить по основной рецептуре, раскатать лепешку круглой формы, положить ее на сковороду, сверху насыпать ягоды. Сметану, яйца и сахар взбить до получения однородной массы, залить ею ягоды. Подготовленный пирог поставить в духовку и выпекать до готовности при температуре 180–200°С. Пирог подать с чаем или молоком.

Песочный пирог с яблоками

Для начинки: 5–6 яблок, 100–150 г сахара, 1 чайная ложка корицы.

Тесто приготовить по основной рецептуре, раскатать из него слой толщиной б—7 мм, слой теста, навернув на скалку,

перенести на противень, расправить по размеру противня. На тесто ровным слоем положить очищенные, нарезанные тонкими дольками яблоки, посыпать их сахаром, смешанным с корицей. Поверх яблок сделать переплет из тонких полосок теста. Края теста защипить в уголках, переплеты и края пирога смазать яйцом. Пирог выпекать при температуре 200–210°С до появления золотистого цвета и готовности начинки. Вместо яблок для начинки можно использовать ревень (600–700 г) или крыжовник.



Приготовление пирога с яблоками.

Песочный фруктовый пирог

3 стакана муки, 250 г сливочного масла или маргарина, 1 стакан сахара, 3 желтка, 1 стакан воды, 1 столовая ложка желатина, 1 стакан консервированных плодов или ягод, соль на кончике ножа.

Песочное тесто приготовить по основной рецептуре, раскатать круглую лепешку толщиной 10–15 мм по размеру формы, в которой будет выпекаться пирог, тесто положить в форму, бортик оформить листиками или орнаментом из теста, смазать его яйцом. Пирог выпекать при температуре 210–220 °С.

Готовый охлажденный пирог заполнить свежими или консервированными фруктами и ягодами. Фрукты и ягоды залить желе.

Песочный торт на желтках

5 стаканов муки, 1 стакан сметаны, 5 желтков, 200 г сливочного масла или маргарина, 1 стакан сахара, соль, сода на кончике ножа.

Для крема: 5 яичных белков, 1 стакан сахара, 1 стакан ядер грецкого ореха.

Масло (или маргарин) растереть до сметанообразной консистенции. В другой посуде растереть желтки с сахаром до получения пышной массы, в массу добавить сметану, все хорошо перемешать, соединить с растертым маслом, мукой, смешанной с содой и солью, и замесить однородное тесто. Тесто вынести на 20–30 мин на холод. После этого тесто разделить на три равные части, каждую часть раскатать в виде круглой лепешки по размеру формы, испечь. Лепешки положить в форму, прослоив кремом, поверхность украсить кремом (с помощью кондитерских трубочек), посыпать орешками. Торт запечь при температуре 200–220°С до тех пор, пока не зарумянится.

Приготовление крема: белки взбить с сахаром до увеличения массы в объеме в 3–5 раз и до полного растворения кристаллов сахара. Часть крема, используемую для прослойки, соединить с предварительно нарубленными ядрами орехов.

Песочный пирог на сметане

3 стакана муки, 1 стакан сметаны, 3/4 стакана сахара, 1/4 чайной ложки соды, 1/4 чайной ложки соли.

Для начинки: 1 стакан сметаны, 1/2 стакана сахара, ванилин.

Сметану взбить с сахаром и солью до полного их растворения, во взбитую массу всыпать муку с содой, быстро замесить тесто однородной слабой консистенции. Тесто разделить на четыре равные части, раскатать круглые лепешки, положить их на противень, смазанный жиром, испечь при температуре 200–220°С до появления золотистого цвета.

Коржи охладить, три коржа положить один на другой, прослоив сметанным кремом, поверхность и края обмазать кремом и посыпать песочной крошкой, приготовленной из четвертого коржа. Пирог можно украсить цукатами из апельсинной корочки, черносливом, изюмом, ядрами миндаля или грецкого ореха.

Сметанник

1 стакан муки, 1 стакан сахара, 1 стакан сметаны, 3 желтка, соль, 1/4 чайной ложки соды, цедра одного лимона, 2 столовые ложки сахарной пудры

Желтки взбить с сахаром, добавить сметану, массу взбивать до полного растворения кристаллов сахара, затем всыпать в нее муку, смешанную с солью и содой, добавить измельченную лимонную цедру, быстро замесить тесто (тесто хорошо и равномерно перемешивать). Подготовленным тестом заполнить форму, смазанную маслом и посыпанную мелко толченными сухарями. Пирог выпекать при температуре 210–220°С до готовности, затем охладить его и посыпать сахарной пудрой. Сметанник можно украсить орешками, цукатами или гроздьями свежих ягод смородины.

Пирог трехслойный

3 стакана муки, 4 яйца, 1,5 стакана сахара, 100 г сливочного масла, 1/2 стакана сметаны, 1 стакан рубленых ядер орехов, 1,5 стакана джема или густого варенья, 1/4 чайной ложки соли, 1/4 чайной ложки соды, сахарная пудра для обсыпки.

Яйца взбить с сахаром до полного его растворения, добавить сметану, размягченное масло, соль, орехи, затем муку, смешанную с содой, быстро замесить тесто, вынести его на холод на 20–30 мин. Охлажденное тесто разделить на три части, раскатать круглые лепешки толщиной 5–6 мм. Одну лепешку положить в круглую форму (или на лист), смазанную маслом, лепешку покрыть ровным слоем джема (или густого варенья), поверх джема положить вторую лепешку, намазать ее джемом, сверху положить третью лепешку, края лепешек аккуратно защипить, чтобы джем при выпечке не вытекал. Края пирога и поверхность украсить элементами из теста, смазать яйцом. Пирог

выпекать при температуре 210–220°С. Готовый пирог после охлаждения посыпать сахарной пудрой.

Открытый пирог с клюквой и черносливом

Для начинки: 2 стакана клюквы, протертой с сахаром, 1,5 столовой ложки муки или крахмала, 10–12 штук чернослива одинакового размера.

Песочное тесто приготовить по основной рецептуре, раскатать в виде эллипса по размеру противня, с помощью скалки тесто перенести на лист, расправить, поверх теста ровным слоем положить начинку из протертой клюквы, смешанной с мукой или крахмалом. Пирог украсить переплетением из узких и тонких полосок теста, края аккуратно загнуть, пирогу придать овальную форму. По краю можно положить листики и цветы из теста. Края и переплетение смазать желтком. В центр ромбиков или квадратов, образующихся при переплетении полосок теста, положить чернослив без косточек. Пирог выпекать при температуре 210–220 °С. Пирог подать к чаю.

Пирог с творогом

Для начинки: 350–400 г творога, 1 столовая ложка сахара, 2–3 желтка, 1 столовая ложка муки, 2–3 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки изюма.

Тесто приготовить по основной рецептуре, раскатать пласт толщиной 6–7 мм по размеру противня, перенести его с помощью скалки на противень, выровнять края, на тесто положить начинку, аккуратно загнуть края, смазать их желтком. Пирог выпекать при температуре 210–220°С.

Приготовление начинки: творог положить в мешочек из марли или ткани, придавить плоским камнем на 1,5–2 ч так, чтобы вытекла излишняя жидкость. Сухой творог тщательно растереть в миске, добавить к нему сахар, желтки, сметану, изюм, муку, все тщательно перемешать.

Пирог с яблоками

300 г муки, 200 г маргарина, 3 желтка, 100 г сахара, соль (на копчике ножа), 1 столовая ложка сахарной

пудры.

Для начинки: 5–6 яблок, 1/2 стакана сахара.

Маргарин растереть с сахаром и солью до получения однородной массы, добавить желтки, массу растирать до полного растворения сахара, после чего быстро замесить тесто. Из теста раскатать круглую лепешку, положить ее на сковороду или в неглубокую круглую форму, смазанную маслом и посыпанную мукой или мелкими сухарями. Поверх теста аккуратно положить нарезанные дольками яблоки так, чтобы один ломтик чуть покрывал другой, яблоки посыпать сахаром, края пирога аккуратно загнуть и смазать желтком. Пирог выпекать при температуре 210–220°С. Готовый охлажденный пирог посыпать сахарной пудрой.

Пирог «Тетя Капа»

300 г муки, 100 г масла, 2 яйца, 4 столовые ложки сахара, 1/2 стакана сметаны, цедра одного лимона, сода (на кончике ножа).

Для крема: 1 банка сгущенного молока, 150 г сливочного масла, 3 столовые ложки какао.

Масло растереть с сахаром, ввести яйца и сметану, массу растирать до полного растворения кристаллов сахара, затем добавить к ней измельченную цедру лимона, муку, смешанную с содой, быстро замесить тесто. Тесто разделить на пять частей, каждую часть теста раскатать и испечь. Коржи положить один на другой, прослоив кремом. Поверхность пирога можно украсить кремом с помощью кондитерского мешка и трубочек-корнетов.

Приготовление крема. Банку со сгущенным молоком положить в кастрюлю с водой и варить 3 ч, затем охладить, банку вскрыть, полученную массу постепенно, по ложке ввести в растертое масло, массу хорошо перемешать, добавить к ней через ситечко какао. В крем можно прибавить 1 столовую ложку коньяка.

Пирог лимонный

3 стакана муки, 2 яйца, 300 г сливочного масла или маргарина, 1 стакан сахара, 300 г сметаны, сода (на

кончике ножа).

Для начинки: 3 лимона средней величины, 2 стакана изюма, 1 стакан сахара.

Для отделки: 1/2 стакана ядер грецких, миндальных или лесных орехов, 2 столовые ложки сахарной пудры.

Тесто приготовить, как указано в предыдущем рецепте. Готовое тесто разделить на три равные части, каждую часть раскатать, испечь коржи. Охлажденные коржи положить один на другой, прослоив начинкой. Верхний корж посыпать сахарной пудрой, украсить орехами.

Приготовление начинки: лимоны промыть, ошпарить кипятком, нарезать ломтиками, удалить косточки. Изюм перебрать, промыть. Лимон и изюм пропустить через мясорубку, полученную массу смешать с сахаром.

Крендельки сметанные

6 столовых ложек сметаны, 2,5 столовые ложки сливочного масла, 3 яйца, 2 столовые ложки сахара, 1,5 стакана муки, цедра одного лимона.

Масло растереть с сахаром, добавить сметану и яйца, массу растирать до исчезновения кристаллов сахара, после этого добавить цедру лимона и замесить не слишком крутое тесто. Из теста сформовать небольшие крендельки, смазать их желтком, посыпать сахаром, орешками или маком. Крендельки положить на противень, смазанный маслом, испечь в духовке.

ЗАВАРНОЕ ТЕСТО

Заварное тесто содержит большое количество яиц. Из такого теста приготавливают полуфабрикаты для булочек, трубочек, заварных колец, маленьких пирожных — птифуров и профитролей. Изделия из заварного теста характеризуются растрескавшейся поверхностью и пустотами внутри. Пустоты заварных изделий заполняют кремом или взбитыми сливками.

Основная рецептура заварного теста: 500 г муки высшего сорта, 250 г сливочного масла, 16 яиц, 1,33 стакана воды, соль (на кончике ножа).

Приготовление заварного теста

Технология приготовления заварного теста включает две стадии: заварку муки с водой, маслом и солью и замес заваренного теста с яйцами. Заварное тесто должно иметь вязкую консистенцию.

Чтобы тесто не пригорело, для заварки лучше всего использовать чугунную толстостенную посуду. В посуду наливают всю предусмотренную рецептурой воду, опускают в нее нарезанное кусочками масло, добавляют соль, все доводят до кипения, затем в горячую жидкость просеивают муку, непрерывно помешивая, чтобы получить однородную, без комочков массу. Горячее тесто снимают с огня, охлаждают до 65–70 °С, после чего постепенно, не переставая помешивать, вводят в него яйца. Температура готового теста должна быть около 40 °С. С помощью кондитерского мешка и гладкой круглой или резной трубочки тесто отсаживают на слегка смазанный маслом противень и выпекают при температуре 200–220 °С в течение 35–40 мин. Если тесто отсадить на жирно смазанный лист, нижняя поверхность изделий получится рваной; если лист сухой, изделия прилипнут к нему, их нельзя будет отделить от листа. При выпечке заварных изделий нельзя открывать духовку.

Изделия из заварного теста

Заварные трубочки с кремом (эклеры)

Заварное тесто отсадить в виде палочек на слегка смазанный маслом противень, используя при этом полотняный мешок с круглой гладкой или круглой резной трубочкой.

Изделия выпекать при температуре 200–220 °С до светло-коричневого цвета. Выпеченные и охлажденные эклеры разрезать вдоль, полости наполнить кремом, половинки соединить, поверхность посыпать сахарной пудрой либо отделать кремом или глазурью.

Заварные булочки с кремом (шу)

Заварное тесто отсадить в виде круглых лепешек (на расстоянии 4 см друг от друга) на слегка смазанный маслом лист, используя при этом кондитерский мешок с круглой гладкой трубочкой диаметром 1,2–1,5 см. Булочки выпекать при температуре 210–220 °С в течение 35–40 мин до светло-коричневого цвета. После охлаждения булочки разрезать

пополам, полости наполнить сметанным или сливочным кремом, половинки соединить, поверхность булочек посыпать сахарной пудрой.

Заварные кольца

Заварное тесто отсадить в виде колец на слегка смазанный маслом лист с помощью кондитерского мешка с гладкой или резной трубочкой. Изделия выпекать при температуре 200–220 °С в течение 30–35 мин. После охлаждения у колец срезать верхнюю часть, полости наполнить кремом, половинки соединить, поверхность колец отделать кремом.

«Лебедь» из заварного теста

С помощью кондитерского мешка через гладкую трубочку заварное тесто отсадить на слегка смазанный маслом лист в виде палочек длиной 3,5–4 см (крылышки лебедя), лепешек и изогнутых буквой «S» крендельков (шейка лебедя). После выпечки и охлаждения палочки и лепешки разрезать вдоль, заполнить кремом, собрать готовые изделия — лебедей. Поверхность изделий посыпать сахарной пудрой.

ТЕСТО ДРУГИХ ВИДОВ

Кроме рассмотренных выше существуют другие виды теста. Рецептура и технология каждого теста определяются его назначением. Отличается своеобразием пряничное тесто. В это тесто добавляют много различных пряностей. По особой технологии приготавливается тесто для хвороста, сырных или творожных палочек и других изделий.

Пряники и коврижки

Пряники — древнее национальное русское лакомство. Литературные памятники свидетельствуют о том, что эти изделия были известны еще во времена Киевской Руси. Изготавливали пряники на меду с использованием разнообразных пряностей. За пряный вкус и аромат они и получили свое название. Пряники делали лепные, печатные, вырубные различных размеров и формы, с затейливым орнаментом. Такие пряники были любимым лакомством детей, в праздники пряниками одаривали близких и

знакомых. Пряники и коврижки были неизменным украшением праздничного стола.

Коврижки отличаются от пряников значительно большими размерами и формой. Как правило, их делают квадратными или прямоугольными. Коврижки прослаивают вареньем, повидлом, джемом, поверхность их украшают изюмом, орехами, сахарной глазурью.

Основные компоненты пряничного теста: мед, сахарный сироп, пряности, мука. В тесто можно вводить разнообразные жиры: сливочное масло, маргарин, свиной жир, растительное масло, а также сметану и яйца. Кроме пряностей можно использовать цедру лимона, высушенную и измельченную корочку апельсина, цукаты из апельсинной корочки, какао. Разрыхлителями для пряников служат питьевая сода и сода в смеси с углекислым аммонием.

Медовые пряники с грецкими орехами

2 стакана муки, 1 стакан меда, 1/2 стакана сахара, 2 яйца, 1 столовая ложка сливочного масла, 1/2 чайной ложки молотой корицы, 1/2 чайной ложки молотой гвоздики, 1/2 стакана рубленых ядер грецких орехов, 1/2 чайной ложки соды.

Мед и сахар растопить в кастрюле, слегка охладить, в кастрюлю с медом всыпать муку, замесить тесто, поставить его па холод. После охлаждения в тесто ввести разогретое масло, растертые яйца, корицу, гвоздику, орехи и соду, разведенную одной столовой ложкой воды, все тщательно перемешать. Тесто раскатать ровным слоем толщиной 1–1,2 см и отформовать с помощью различных выемок. Поверхность пряников смазать яйцом, посыпать орешками. Пряники выпекать на листе, смазанном жиром, при температуре 200–220 °С.

Медовые пряники сдобные

4 стакана муки, 1/2 стакана молока, 3 яйца, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 стакан меда, 1 столовая ложка молотой корицы, 1/2 чайной ложки молотой гвоздики, 1/2 чайной ложки соды, 1 стакан миндаля.

Молоко вылить в кастрюльку, добавить к нему мед и масло,

содержимое довести до кипения, затем слегка охладить. В охлажденное молоко с медом постепенно всыпать муку, ввести растертые яйца, корицу, гвоздику, соду и мелко рубленный миндаль, все тщательно перемешать до образования однородной массы. Тесто выложить на хорошо посыпанный мукой стол, сформовать в виде прямоугольника и раскатать ровным слоем толщиной 1 см. С помощью различных выемок вырезать пряники. Поверхность их смазать яйцом, украсить орешками, изюмом, цукатами. Пряники выпекать при температуре 210–220 °С до готовности.

Пряники миндальные

1 стакан муки, 4 яйца, 1,25 стакана сахара, 1/2 стакана мелко рубленного, слегка обжаренного миндаля, цедра одного лимона, 1/2 чайной ложки соды.

Яйца и сахар взбить до получения пышной однородной массы, всыпать в нее муку, добавить соду, миндаль, измельченную цедру лимона, все перемешать до получения теста слабой консистенции. Тесто раскатать на обильно подпыленном мукой столе в ровный пласт толщиной 1 см, ножом или выемками нарезать прянички прямоугольной, квадратной, треугольной или ромбической формы. Пряники выпекать при температуре 220 °С.

Пряники по-нюрнбергски

500 г муки, 4 яйца, 250 г сахара, 1 чайная ложка корицы, 1/2 чайной ложки молотой гвоздики, 1/2 чайной ложки молотого кардамона, 250 г толченых орехов, 100 г мелко нарезанных цукатов (из лимонной и апельсинной корочки), 1/2 чайной ложки соды.

Яйца и сахар взбить до получения пышной однородной массы, добавить к ней корицу, гвоздику, кардамон, орехи, цукаты, муку и соду, растворенную в одной столовой ложке воды, все перемешать, выложить в форму, смазанную маслом, и выпекать при температуре 210–220 °С. После выпечки поверхность пряника покрыть сахарной глазурью или посыпать сахарной пудрой.

Пряники по-швабски

1 кг муки, 500 г меда, 100 г сахара, 2 столовые ложки какао, 1 яйцо, 1 столовая ложка рома, 2 чайные ложки соды, сок 1 лимона, 1 чайная ложка корицы, гвоздика, кардамон.

Мед и сахар растопить в кастрюльке, добавить к ним муку, пряности, какао, влить ром, ввести соду, разведенную молоком, сок лимона, все хорошо перемешать, замесить довольно крутое тесто. Тесто выложить в форму, смазанную жиром. Пряники выпекать при температуре 210–220 °С.

Пряник «Хлебосол»

1 кг муки, 4 яйца, 400 г меда, 200 г сливочного масла, 200 г рубленых ядер орехов, 200 г мелко нарезанной апельсинной корочки, сваренной в сахарном сиропе, 2 чайные ложки соды, 1 чайная ложка молотых пряностей (корицы, гвоздики, бадьяна, кардамона, имбиря, мускатного ореха), 2 желтка для смазки поверхности.

Для глазури: 1 яичный белок, 3/4—1/2 стакана сахарной пудры.

В миску влить яйца, добавить мед, содержимое хорошо перемешать, соединить с растопленным маслом, ядрами орехов, апельсинной корочкой, пряностями, еще раз все тщательно перемешать до получения однородной массы, после чего всыпать соду, примерно 700 г муки, все компоненты снова перемешать до получения вязко-пластичного теста. Стол обильно подпылить мукой, выложить на него тесто, окончательно замесить его оставшейся мукой, дать выстояться 10–15 мин, затем раскатать пласт толщиной 8—10 мм. Фигурными выемками вырезать пряники, поверхность их смазать желтком. Пряники выпекать при температуре 210–220 °С на листе или противне, смазанном маслом. На поверхность выпеченных охлажденных пряников нанести рисунки или надписи из глазури. Из такого же теста можно испечь коврижку.

Приготовление глазури: в чашку или маленькую мисочку влить яичный белок, взбить его венчиком, понемногу, по 1–2 чайные ложки, через ситечко всыпать сахарную пудру, взбивая до тех пор, пока не получится достаточно густая и одновременно текучая масса. Из куска пергаментной бумаги сделать кулечек, заполнить его полученной массой и через крошечное отверстие

аккуратно выдавить глазурь на поверхность пряников в виде различных рисунков и надписей. Глазурь можно подкрасить несколькими каплями сока свеклы или порошком какао.

Пряник шоколадный

700 г муки, 250 г маргарина, 2 яйца, 200 г меда, 100 г ядер орехов, 100–150 г цукатов из апельсинной корочки, 2 столовые ложки какао, 2 горсти изюма, 1 чайная ложка молотых пряностей, 1 чайная ложка соды.

В растопленный маргарин ввести мед, яйца, все перемешать, добавить какао, мелко нарубленные цукаты, орехи, изюм, пряности, соду, снова все тщательно перемешать и замесить тесто. Все последующие операции выполнять, как указано в предыдущем рецепте.

Хворост

Хорошим украшением стола может быть хворост. С помощью металлических выемок и несложных операций этому изделию придают затейливую форму цветков и зверушек. Благодаря необычной форме и своеобразному вкусу хворост является любимым лакомством детей. По технологии приготовления к хворосту близок чак-чак — (татарское национальное лакомство).

Хворост фигурный

800 г муки, 10 яиц, 10 чайных ложек сахарной пудры, 1,5 стакана сливок, 1/2 стакана водки, 1 кг безводного жира (для фритюра).

Из муки, яиц, сахарной пудры, сливок и водки замесить тесто, завернуть его во влажную салфетку и дать выстояться 15–20 мин. Затем от теста отделить небольшой кусок, раскатать его очень тонким слоем, отформовать с помощью выемок для печенья и обжарить во фритюре. После того как хворост будет готов, приступить к формованию и выпечке следующей порции теста. Оставшееся тесто все время должно храниться завернутым во влажную салфетку, чтобы оно не обветрилось. Перед жарением с тестовых заготовок необходимо удалить муку, иначе она будет подгорать и испортит фритюр.

Тесто можно нарезать в виде прямоугольников, на длинной стороне прямоугольника сделать частые надрезы, не дорезая до конца 1 см, ненадрезанную часть завернуть рулетиком, скрепить, слегка надавив пальцем, рулетик наколоть на вилку и постепенно опустить в кипящий фритюр. Лепестки, обжариваясь и затвердевая, образуют цветок. Хворост следует удерживать на вилке до тех пор, пока лепестки не затвердеют, затем его осторожно снять с вилки и полностью погрузить в жир. С помощью металлических выемок можно вырезать ромашки, сделать на них надрезы от края к центру так, чтобы получилось побольше лепестков, скомпоновать цветок из двух-трех заготовок, склеив их яичным белком, цветок опустить в жир и обжарить. Из теста вырезают также фигурки различных зверушек.

Чак-чак

500 г муки, 5 яиц, 3–4 столовые ложки молока, 2 кусочка сахара-рафинада, 1 столовая ложка водки, щепотка соли, 1 кг жира (для фритюра).

Для маково-ореховой смеси и сиропа: 500 г меда, 1/2 стакана сахара, 1/2 стакана мака, 1/2 стакана крупно рубленных ядер орехов.

Желтки отделить от белков, растереть с сахаром добела, посолить, соединить со взбитыми белками, молоком, водкой, после чего замесить крутое тесто, завернуть его в чуть влажную салфетку и дать выстояться 15–20 мин, затем тесто тонко раскатать, нарезать лапшой и обжарить во фритюре.

В горячий сахаро-медовый сироп засыпать сначала обжаренный во фритюре чак-чак, затем маково-ореховую смесь, все быстро и тщательно перемешать, положить на блюдо в виде пирамиды.

Приготовление маково-ореховой смеси. Мак залить крутым кипятком на 3 мин, затем потолочь в ступке, смешать с орехами, дать постоять в закрытой посуде.

Приготовление медового сиропа. Мед растопить, соединить с сахаром, прокипятить. С сиропа удалить пену и уварить его до пробы на средний шарик.

Творожные и сырные палочки

В старину творог называли сыром. Такое название он сохранил до сих пор в некоторых районах нашей страны.

Видимо, отсюда и происходит название самого распространенного блюда из творога — сырников. Творог и сыр используются при приготовлении многих блюд. Менее известны выпечные изделия из этих продуктов.

Творожные палочки

250 г творога, 250 г маргарина, 4 столовые ложки муки, 1/2—3/4 стакана сахара.

Творог и маргарин, тщательно растереть до образования однородной пластичной массы. В полученную массу добавить муку, замесить тесто. Из теста раскатать пласт толщиной 5 мм, ножом нарезать палочки, посыпать их крупным сахарным песком, палочки перенести на противень и испечь в духовке при температуре 200–220 °С.

Творожные палочки можно посыпать не сахаром, а крупной солью, тмином или маком. Такие изделия подают к пиву.

Сырные палочки

600 г муки, 300 г сливочного масла, 300 г сыра, 1/4 стакана молока, 6 яиц, соль.

Сыр натереть на терке и смешать со сливочным маслом до образования однородной пластичной массы. В полученную массу ввести яйца, добавить немного соли, молоко, все тщательно перемешать, всыпать муку и замесить тесто. Тесто должно быть однородным, упругопластичным. Готовое тесто выдержать в течение 10–12 ч в холодильнике при температуре от 5 до 8 °С. Из охлажденного теста раскатать слой толщиной 5–6 мм, ножом нарезать палочки, положить их на лист и испечь в духовке при температуре 230–240 °С, При выпечке палочки как бы кипят в масле.

Сырные палочки очень калорийны, они содержат много кальция, их можно рекомендовать детям.

Соленые палочки из брынзы

250 г брынзы, 250 г маргарина, 1 яйцо, 4 столовые ложки муки, мак, тмин, орехи (для отделки).

Брынзу залить кипятком, некоторое время подержать в воде, затем воду слить, брынзу натереть на крупной терке, после чего хорошо перемешать с маргарином. В полученную однородную массу ввести яйцо, всыпать муку и замесить тесто. Из теста раскатать пласт толщиной 5–6 мм, посыпать его маком, тмином или измельченными ядрами орехов, из пласта теста нарезать палочки, положить их на лист и выпечь при температуре 220–230 °С. Палочки из брынзы подают к чаю, кофе или пиву.

БЛИНЫ И ОЛАДЬИ

Шумно и весело провожают во многих районах нашей страны долгую, суровую зиму. Эти проводы длятся неделю и носят название масленицы. Традиция эта пришла к нам из глубокой древности, но и сейчас масленица — один из любимых народных праздников. Он связан с шумными гуляньями, катаниями на тройках, а главное — с блинами.

Круглый горячий блин — символ весеннего солнца.

Блины выпекают из ржаной и пшеничной муки, из различных злаков (гречихи, проса, овса), делают их простыми и с припеком (с добавлением различных продуктов). К блинам подают масло, сметану, малосольную рыбу, сельдь, повидло, варенье.

Обычные блины

400 г муки, 2,5 стакана молока, 2–3 яйца, 1,5 столовой ложки масла, 20 г дрожжей, 1 чайная ложка сахара, 1/2 чайной ложки соли.

Слегка подогреть стакан молока, растворить в нем дрожжи, добавить муку, размешать, полученное тесто поставить в теплое место, дать подойти. Оставшееся молоко подогреть, растопить в нем масло, прибавить соль, сахар, желтки, все тщательно перемешать, присоединить к подошедшему тесту, снова перемешать. Перед выпечкой блинов в тесто ввести взбитые белки.

Блины-скородумки

5 полных столовых ложек муки, 2,5 стакана молока, 2 яйца, 1 столовая ложка сахара, 1/3 чайной ложки соли, 1 столовая ложка растительного масла.

Яйца, соль, сахар взбить веничком или в миксере, во взбитую

массу ввести молоко, затем муку, все тщательно перемешать, добавить растительное масло, еще раз все перемешать и выпекать блины. Растительное масло следует вводить в тесто после его замеса, иначе снизится пенообразующая способность яиц, тесто не будет насыщено воздухом, а блин не будет рыхлым. Вместо свежего молока можно использовать кислое молоко, простоквашу, кефир, ряженку и другие кисломолочные продукты.

Оладьи с яблоками

5—6 полных столовых ложек муки, 0,5 л кефира или простокваши, 2 яйца, 1 столовая ложка сахара, 1 столовая ложка растительного масла, 1/3 чайной ложки соли, 1 столовая ложка корицы, 100 г сливочного маргарина, 5–6 яблок, 2–3 столовые ложки сахара для обсыпки.

Яйца, сахар, соль взбить веничком или в миксере, во взбитую массу добавить кефир, муку, растительное масло и замесить тесто. Ложкой наливать тесто на горячую сковороду, смазанную маргарином, поверх теста положить ломтики яблок, оладьи обжаривать с двух сторон. Сняв оладьи со сковороды, посыпать их сахарным песком, смешанным с корицей. Оладьи подать к чаю или с молоком.

Оладьи со свежей капустой

6 столовых ложек муки, 2 стакана кефира или простокваши, 2 яйца, 1/3 чайной ложки соли, 1 столовая ложка растительного масла, 1 стакан мелко нарубленной свежей капусты, 100 г сливочного маргарина.

Тесто приготовить, как указано в предыдущем рецепте, добавив в него мелко нарубленную свежую капусту. Оладьи обжарить с двух сторон, подавать со сметаной.

Оладьи с тыквой

200 г муки, 1 стакан кислого молока или простокваши, 2 яйца, 150 г тыквы, 3 чайные ложки сахара, 1/3 чайной ложки соли.

Кислое молоко смешать с яйцами, солью, мукой и тыквой, натертой на крупной терке. Ложкой небольшими порциями

наливать тесто на разогретую сковороду, оладьи обжаривать с двух сторон. Оладьи подать горячими, посыпав сахаром.

Гречневые блины

3 столовые ложки гречневой муки, 3 столовые ложки пшеничной муки, 0,5 л молока, 20 г дрожжей, 2 яйца, 1/3 чайной ложки соли, 1 столовая ложка растительного масла.

Из молока, пшеничной муки, дрожжей и соли замесить опару, поставить ее в теплое место на 1–1,5 ч. В готовую опару всыпать гречневую муку, тесто взбить до получения однородной массы, затем добавить в него взбитые желтки и масло, тесто перемешать, поставить в теплое место на 1 ч. После того как тесто поднимается, ввести в него взбитые белки, тесто снова перемешать. Блины выпекать на разогретой сковороде. Готовые блины подать горячими с маслом.

2. МЕРЕНГИ

Меренги — единственное выпечное изделие, приготавливаемое без муки. Они состоят всего из двух компонентов: яичного белка и сахара. Это легкие, хрупкие изделия белого или золотисто-розового цвета. Из меренг можно приготовить вкусные и красивые пирожные и торты, их можно подать как птифуры.

Основная рецептура меренг: 4 яичных белка, 1 стакан сахара.

Приготовление меренг

Технология приготовления меренг включает следующие стадии: взбивание белковой массы, ее формование и выпечку изделий.

Взбивание белков. Для изготовления меренг требуются свежие яйца. Белки от желтков следует отделять аккуратно, наличие даже следов желтка препятствует ценообразованию. Посуда, в которой взбиваются белки, должна быть безупречно чистой, без следов жира. Перед взбиванием необходимо охладить белки до 2 ˚С (сахар также желательно охладить). При взбивании белки увеличиваются в объеме в 7 раз, что необходимо учитывать при выборе посуды.

Отделение белка от желтка.

Сначала белки взбивают без сахара до получения крепкой стойкой пены. Затем, не прекращая взбивания, постепенно, тонкой струйкой в них вводят сахар. Взбивание белков с сахаром не следует производить слишком долго. При долгом взбивании масса станет глянцевитой, плотной и может осесть. Продолжительность взбивания массы различна и зависит от количества белка и сахара. Обычно взбивание четырех белков с помощью миксера занимает 9—10 мин.

Формование белковой массы. Взбитую белковую массу с помощью кондитерского мешка с гладкой или резной трубочкой отсаживают в виде круглых лепешек или ракушек на смазанный маслом лист и сразу же выпекают, иначе масса может осесть.

Для тортов меренги выпекают в виде коржей. Чтобы получить корж, взбитую массу выкладывают на лист, застланный бумагой, разравнивают по всему листу и выпекают. В процессе выпечки коржи необходимо наколоть вилкой или кончиком ножа по всей их площади с тем, чтобы предохранить их от разламывания. Бумага легко отойдет от изделий, если под нее на 2–3 мин положить чуть влажную салфетку.

Выпечка меренг. При изготовлении меренг необходимо строго соблюдать температурный режим. Лист с отформованными меренгами следует ставить в только что зажженную духовку и медленно (в течение 1,5–2 ч) при температуре 100 °С выпекать — сушить изделия. Выпечка при более высокой температуре приводит к быстрому затвердеванию поверхности изделий, при этом середина получается влажной, тягучей. После выпечки такие меренги мгновенно «садятся», уменьшаются в объеме и становятся плоскими, расплывчатыми. Духовку во время выпечки меренг можно открывать, меренги можно снимать с листа постепенно, по мере их готовности. Готовые изделия легко отходят от листа.

После охлаждения меренги отделывают кремом, фруктами, ягодами, глазурью.

Изделия из меренг

Пирожное «Меренги»

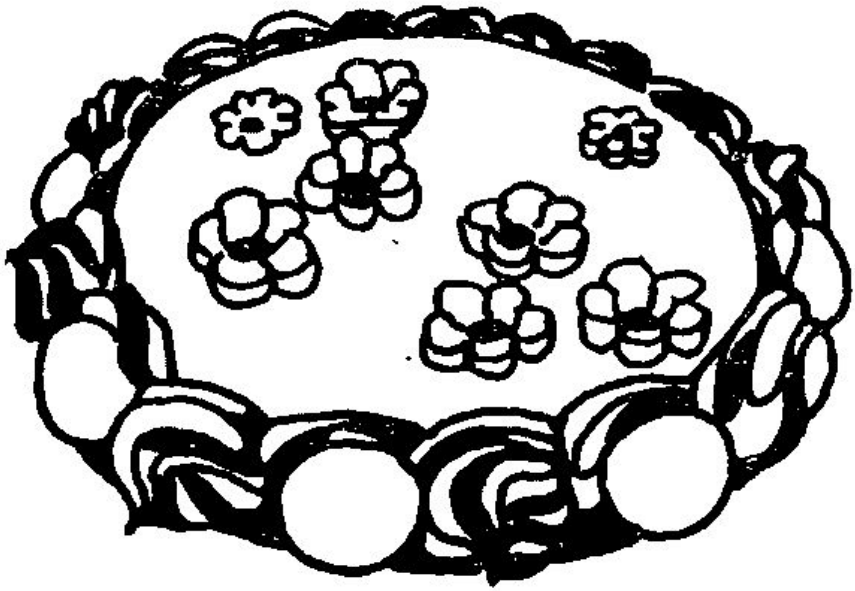
Приготовить белковую массу по указанной выше технологии. Массу отформовать в виде круглых или овальных лепешек. После выпечки и охлаждения соединить по две лепешки, прослоив их кремом. На верхнюю лепешку нанести рисунок из крема, фруктов и цукатов.

Для прослаивания меренг рекомендуется использовать сливочный крем с ягодными добавками (красная смородина или клюква, протертые с сахаром). Такие добавки придают крему приятный кисло-сладкий вкус и красивый цвет.

Торт «Невеста»

Из белковой массы, приготовленной по основной рецепт туре, испечь два-три коржа и несколько мелких меренг. После охлаждения коржи положить один на другой, прослоив их брусничным или клюквенным вареньем.

На поверхность торта нанести тонкий ровный слой сливочного крема. Края торта оформить мелкими меренгами. С помощью кондитерского мешка с трубочкой «магнолия» на лист пергамента отжать цветки из крема, поместить их в холодильник. Когда цветки застынут, кончиком ножа перенести их на торт, торт поставить на 2 ч в холодильник.



Торт «Невеста».

Торт «Людмила»

8 белков, 2 стакана сахара.

Для крема: 600 г сливочного масла, 300–400 г сахарной пудры, 100 г порошка какао, 8 желтков, 2 столовые ложки молотого кофе, 3–4 столовые ложки молока.

Белковую массу приготовить, как по основной рецептуре. Испечь четыре коржа. После охлаждения коржи положить один на другой, прослоив их кремом, слегка надавить на них. На поверхность и края торта, аккуратно намазанные кремом, нанести рисунок из крема. Торт поставить на 2 ч в холодильник.

Приготовление крема. Масло растереть с сахарной пудрой и какао, не прекращая взбивания, в крем постепенно, по одному, ввести желтки. Кофе залить молоком, довести до кипения, охладить и, не процеживая, добавить в крем. Крем можно ароматизировать коньяком.

ГЛАВА 7
ДОМАШНИЕ ЗАГОТОВКИ

С глубокой древности известны человеку простейшие способы сохранения продуктов — сушка, соление, квашение, замораживание. Эти способы не утратили своего значения и в наши дни, несмотря на изобретение более прогрессивного метода консервирования — герметизации продуктов с помощью специальных машин и приспособлений.

Большую роль в питании играет домашнее консервирование. В летнее время, когда в изобилии имеются свежие плоды и овощи, каждая хозяйка может заготовить варенье, соки, компоты, джемы, повидло, соленые и маринованные овощи. Домашнее консервирование скоропортящихся продуктов способствует увеличению общих пищевых ресурсов страны.

* * *

Предназначенные для консервирования плоды, овощи, ягоды должны быть абсолютно здоровыми, без повреждений, отобранными по сортам и размерам, хорошо промытыми. Следует помнить, что используемые для борьбы с насекомыми и вредителями ядохимикаты сосредоточиваются на поверхности плодов и овощей, поэтому мыть их необходимо с особой тщательностью. При обработке у них следует удалить плодоножки, семенные камеры, семена, косточки и другие малосъедобные части.

Нарезать плоды и овощи рекомендуется дольками одинакового размера, что не только создает приятный вид консервам, но и способствует равномерному прогреванию продуктов при стерилизации.

С целью разрушения ферментов, вызывающих потемнение плодов и овощей, а также уничтожения микробов и облегчения последующей стерилизации целесообразно проводить предварительную тепловую обработку (бланширование)

консервируемых продуктов паром или погружением их в кипящую воду.

Вся используемая при консервировании в домашних условиях посуда должна быть безупречно чистой. Банки, предназначенные для длительного хранения заготовляемых продуктов, должны пройти предварительную обработку.

Банки и крышки промывают теплым раствором пищевой соды (на 1 л воды 1 чайная ложка соды), затем ошпаривают кипятком и просушивают, жестяные крышки рекомендуется прокипятить. Пластмассовые (полиэтиленовые) крышки не обеспечивают герметичности, поэтому для длительного хранения продуктов их применять не следует. Такими крышками можно закрывать банки с вареньем, джемом, повидлом, т. е. с продуктами, имеющими высокую концентрацию сахара и содержащими незначительное количество влаги.

Для консервирования используют стеклянные банки со стеклянной крышкой, резиновым кольцом-прокладкой и хомутиком. Недостаток этой тары — недолговечность резиновой прокладки. Более удобны стеклянные банки с жестяными крышками и резиновыми кольцами-вкладышами, однако крышки можно использовать только один раз. Для закатки таких банок необходима ручная закаточная машинка. Некоторые заготовки из мелких плодов и ягод, а также соки можно хранить в молочных и обычных узкогорлых бутылках.

В последние годы довольно широкий ассортимент фруктовых и овощных консервов поступает в нашу страну из ряда зарубежных стран в стеклянных банках с металлическими герметически завинчивающимися крышками. Эта посуда — многократного использования, очень удобная для домашнего консервирования.

Для бланширования плодов и овощей применяются вместительные алюминиевые и эмалированные кастрюли, для стерилизации — большие кастрюли или тазы, в которые одновременно можно поместить 4–5 литровых банок. Кроме того, каждой домашней хозяйке, занимающейся домашним консервированием, рекомендуется иметь удобные ножи, шумовку, дуршлаг, решето или металлическое сито, ложки из нержавеющей стали, для отмеривания и взвешивания продуктов — весы, мерные цилиндры или мензурки.

При использовании стеклянных банок со стеклянными крышками консервирование осуществляется следующим образом: подготовленные банки заполняют плодами и ягодами, заливают сиропом или маринадом, закрывают крышками с резиновыми прокладками, надевают на них зажимы и помещают в кастрюлю с

водой для стерилизации. Чтобы банки во время стерилизации не лопнули, на дно кастрюли кладут холщовую салфетку или деревянный решетчатый кружок. Вода в кастрюле должна полностью покрывать банки. Отсчет времени стерилизации ведется с момента закипания воды в кастрюле.

Технология консервирования.

Для ускорения процесса консервирования банки целесообразно заполнять горячими продуктами и горячей заливкой, а затем погружать в кастрюлю с подогретой водой, разница в температурах содержимого банок и воды в кастрюле не должна быть слишком большой, иначе банки при погружении в воду могут лопнуть. При заполнении горячими продуктами или горячей заливкой банки необходимо обернуть влажной салфеткой, чтобы они не лопнули.

Для консервирования овощей и фруктов в стеклянных банках с жестяными крышками требуется специальная закаточная машинка.

Подготовленные, как уже было указано выше, банки заполняют продуктом до плечиков, наливают сироп, рассол или маринад, банки прикрывают стерильными крышками, погружают в кастрюлю с водой и стерилизуют в течение времени, указанного для данного продукта, после этого банки по одной осторожно вынимают из кастрюли, ставят на стол и немедленно закатывают с помощью машинки. Закатанные банки опрокидывают вверх дном и оставляют в таком положении на два дня, при этом дополнительно стерилизуется крышка и проверяется герметичность. Если герметичность недостаточная, банки осторожно вскрывают, вновь стерилизуют и закатывают повторно.

Вишню, черешню, алычу, крыжовник и другие ягоды, а также нарезанные кусочками яблоки, груши, овощи и грибы можно консервировать в молочных бутылках емкостью 0,5 и 1 л. При этом из белой жести вырезают кружочки диаметром 32–33 мм, соответствующим внутреннему диаметру горла бутылки. Подготовленные бутылки заполняют продуктом до узкой части горла, наливают сироп или рассол, бутылки стерилизуют неукупоренными, затем покрывают кружком из жести, горлышко заливают смолкой, парафином или сургучом. Под жестяной кружок рекомендуется подложить такого же диаметра кружок из ватмана или плотной чертежной бумаги, выдержав его предварительно 3–5 мин в кипящей воде. После укупорки бутылки в отличие от банок вверх дном не переворачивают.

При заготовке в домашних условиях различных фруктово-ягодных соков, томатного пюре, соусов и других жидкотекучих продуктов можно применять обычные винные или пивные бутылки, укупориваемые корковыми пробками. Подготовленные сухие бутылки заполняют продуктом и укупоривают корковыми прокипяченными пробками так, чтобы верхний край пробки не был выше уровня горла. Под пробку желательно подложить кружок пергамента, предварительно прокипяченный в воде. Для

герметичности горлышко бутылки с пробкой заливают парафином, сургучом или смолкой. Стерилизуют бутылки в высоких кастрюлях (или в ведрах), погруженными в воду почти полностью. На дно кастрюли кладут прокладку.

Приготовленные в домашних условиях консервы рекомендуется хранить в холодном темном сухом, хорошо проветриваемом помещении. Солнечные лучи отрицательно действуют на консервированные продукты.

1. КВАШЕНИЕ И СОЛЕНИЕ

Квашение и соление — самые простые способы заготовки овощей и фруктов: капусты, огурцов, помидоров, яблок и других.

Квашеная капуста

10 кг капусты, 1 кг яблок антоновки, 750 г моркови, 200–250 г соли, клюква, брусника по вкусу.

Для квашения лучше всего использовать белокочанную капусту поздних сортов: Белорусскую, Московскую позднюю, Амагер, Ладожскую, Славу. Кочаны следует выбирать крупные (не менее 800 г), дающие меньше отходов при переработке.

Перед квашением капусту освободить от зеленых и дефектных листьев (при обнаружении гусениц капусту можно подержать 30 мин в соленой воде, после чего промыть и обсушить), затем нашинковать или порубить. Морковь и яблоки нарезать кружками или стружкой. Крупные яблоки можно нарезать ломтиками, удалив сердцевину. Подготовленные капусту, морковь и яблоки перемешать с клюквой и брусникой, пересыпать солью и положить в хорошо промытую и ошпаренную кадушку, все плотно утрамбовать. На капусту положить деревянный кружок, сверху поместить груз, кадушку покрыть холщовой салфеткой или покрывалом.

В начальной стадии квашения капусты происходит выделение сока, образование пены, газовыделение. В этот период ее следует протыкать чистой палкой для равномерного удаления газов, иначе может появиться горчинка. Пена способствует развитию посторонней нежелательной микрофлоры, поэтому ее также необходимо удалять. В это же время образуется молочная кислота, являющаяся консервантом, она подавляет развитие посторонних микроорганизмов.

Наиболее благоприятная для этой стадии температура — плюс 20 °С. Брожение длится 3–4 суток. После этого кадушку выносят в сухое прохладное помещение. Через 2–3 недели капуста будет готова.

Капусту можно квасить целыми кочешками, если они мелкие и плотные, перекладывая шинкованной или рубленой капустой (в соотношении 1:1). Целые кочаны заливают 4 %-ным раствором поваренной соли (на 1 л воды 2 столовые ложки соли). Вместо воды можно использовать свекольный сок. Шинкованную или рубленую капусту равномерно смешивают с солью, приправами и

пряностями.

Огурцы малосольные (свежепросоленные)

20 свежих огурцов, 75—100 г соли, 20 г (или два листа) хрена, 1,5 л воды, 20 г укропа, 2–3 дольки чеснока.

Отобрать мелкие плоды с зеленой кожицей, упругие и плотные с недоразвитыми семенами (пожелтевшие огурцы для переработки непригодны), тщательно промыть, срезать кончики. Подготовленные огурцы положить в стеклянную банку или в фарфоровый бочонок, переслоив ветками укропа с зонтиками, листьями или нарезанными тонкими ломтиками корня хрена и чесноком, залить доверху соленым горячим раствором. Через сутки огурцы будут готовы.

Соленые огурцы

50 кг огурцов, 750 г укропа, 150 г корней хрена, 150 г листьев хрена, 100 г чеснока, 30 г свежего (или 7 г сушеного) стручкового красного перца, 250 г листьев петрушки и сельдерея, 250 г листьев черной смородины, рассол (на 10 л воды — 600–700 г соли). В качестве пряных добавок можно использовать дубовые, черносмородинные, вишневые листья, эстрагон, смесь майорана, чабер и др.

Огурцы перебрать, промыть. Зелень тщательно перебрать, промыть, нарезать кусочками. На дно бочки положить примерно одну треть зелени и пряностей, затем рядами уложить огурцы до половины бочки, на них положить еще одну треть зелени и пряностей, затем снова огурцы и сверху оставшуюся зелень и пряности. Наполненные бочки укупорить, через шпунтовое отверстие залить рассол.

Чтобы стимулировать быстрейшее развитие молочнокислых бактерий, первые три дня бочки с огурцами выдерживают при относительно высокой температуре (15–20 °С), затем их помещают в сухое холодное помещение и хранят при температуре от 1 до 4 °С.

Для засолки огурцов обычно используют дубовые, буковые или липовые бочки. Для удаления дубильных веществ из древесины новые бочки замачивают на 2–3 недели, периодически меняя воду (каждые 3–4 дня). Перед закладкой огурцов бочку

ошпаривают крутым кипятком, опустив на дно раскаленный камень или кирпичи. В некоторых районах перед засаливанием огурцов бочку натирают изнутри чесноком, окуривают сухим чебрецом или ополаскивают отваром этой травы.

Пряности, используемые при солении, не только улучшают вкус и аромат огурцов, но и обогащают их витаминами, способствуют дольшей их сохранности.

Соленые помидоры

Помидоры засаливают так же, как огурцы. Плоды разной степени зрелости засаливают раздельно.

Помидоры тщательно сортируют, моют, укладывают вместе с пряностями и заливают 6–7 %-ным раствором соли. Крепость рассола зависит от степени зрелости плодов и условий их последующего хранения. Зеленые, молочные, бурые и розовые плоды заливают 6 %-ным солевым раствором (60 г соли на 1 л воды), красные и крупные бурые — 7 %-ным (70 г соли на 1 л воды). Красные помидоры после заливки рассолом выдерживают при температуре 18–20 ˚С не более суток, затем переносят в холодное место.

В качестве пряностей для помидоров используют укроп, горький стручковый и черный душистый перец, чеснок, корень и лист хрена, листья петрушки и сельдерея, эстрагон, майоран, корицу, лавровый лист и др.

Соленые помидоры в собственном соку

Дно бочки выстилают свежесобранными листьями черной смородины, бочку заполняют красными помидорами, переслаивая их листьями смородины и посыпая солью (5 % к массе плодов). После заполнения бочки помидоры заливают протертой томатной массой. Брожение продолжается 6–7 суток, затем бочку выносят в холодное помещение.

Перец соленый

1 кг перцев, 50 г соли.

Отобрать зрелые, здоровые, плотные, негорькие на вкус перцы, освободить их от плодоножки и семян, каждый стручок посыпать солью. Перцы вложить один в другой, поместить в эмалированную посуду или глиняный горшок, посуду накрыть чистой холщовой салфеткой, тарелкой или деревянным кружком,

сверху положить груз. Через 12–15 ч, когда выделится сок, перцы сложить в чистый стеклянный баллон, залить соком, образовавшимся при их выдерживании в соли, и рассолом (50 г соли на 1 л воды), поверх перцев положить чистую холщовую салфетку, деревянный кружок и груз, баллон поместить в холодный погреб. Перед употреблением перцы тщательно промыть и вымочить в холодной воде (в течение 10 ч).

Квашеная свекла

Отобрать здоровые, зрелые корнеплоды, вымыть их, очистить, положить в приготовленную посуду, залить 30 %-ным раствором соли (1,5 столовые ложки соли на 1 л воды), накрыть холщовой салфеткой, сверху положить деревянный кружок и груз. Свеклу заквашивать при комнатной температуре в течение примерно 15 суток, периодически снимая образующуюся пену, затем вынести в прохладное место.

Моченые яблоки

Для мочения пригодны яблоки осенних и зимних сортов, с плотной мякотью, высоким содержанием сахаров и органических кислот: антоновка, анис, пепин шафранный, Славянка, Бабушкино, ренет Симиренко, а также китайские и райские яблочки.

Яблоки перебрать, помыть, аккуратно сложить в бочки, выстланные внутри ржаной соломой. Ряды яблок также переслоить соломой, предохраняющей яблоки от повреждения и сообщающей им приятный вкус и золотистый цвет. При укладке яблок вниз, в середину и сверху положить равное количество листьев вишни и черной смородины. Наполненные бочки укупорить, через шпунтовое отверстие залить рассол. Бочки закрыть пробками и в течение недели выдерживать при температуре 15–19° С для предварительного брожения. Затем в бочки долить рассол и поставить их в холодное место, плотно закупорив шпунтовое отверстие. Через 1,5–2 месяца яблоки будут готовы к употреблению.

Для приготовления 10 л рассола берут 9,5 л воды, 250 г сахара, 150 г соли, 100 г солода (сахар можно заменить двойным количеством меда). Солод (специально пророщенные и высушенные зерна ячменя) заливают 1 л воды и кипятят 10–15 мин, охлажденный отвар добавляют в рассол.

Вместо солода можно использовать ржаную муку (150 г муки на 1 л воды). Муку разводят холодной водой, затем заваривают

кипятком, после охлаждения мучной отвар добавляют в рассол, рассол тщательно перемешивают до полного растворения всех компонентов.

Моченая брусника

10 кг брусники, 1–2 кг яблок, 8—10 л воды, 2 кг сахара, 12–15 г корицы, 8 г гвоздики.

Свежую, спелую бруснику перебрать, промыть холодной водой, откинуть на решето, затем просушить на столе, рассыпав тонким слоем на салфетке. Яблоки (антоновку, анис, апорт) вымыть, освободить от плодоножки. В кипящую воду положить сахар, корицу, гвоздику, сироп прокипятить, охладить.

В подготовленную посуду (стеклянный баллон, керамический бочонок или глиняный горшок) плотным слоем насыпать бруснику, на бруснику положить слой яблок, затем вновь слой брусники и еще слой яблок. На последний слой яблок насыпать большой слой брусники, все залить охлажденным сахарным сиропом, накрыть деревянным кружком, прижать маленьким грузом. Бруснику поставить в сухое холодное место. Через две недели она будет готова к употреблению. Моченую бруснику подают к мясу, дичи и другим блюдам.

Овощи для заправки

1 кг моркови, 1 кг помидоров, 1 кг репчатого лука, 300 г сладкого перца, 300 г укропа, 300 г петрушки, 300 г сельдерея, 1 кг соли.

Овощи и зелень хорошо промыть, обсушить, мелко нарезать, морковь натереть на крупной терке, все перемешать, добавив соль, разложить в банки, банки накрыть пергаментом и завязать. Овощи хранить в холодильнике. При заправке супов, борщей и других блюд соль не добавлять.

Шинкованные соленые овощи

1 кг моркови, 1 кг петрушки, 1 кг сельдерея, 1 кг красного сладкого перца, 1 кг капусты, 1 кг цветной капусты, 1 кг лука-порея, 1 кг репчатого лука, 1 кг соли.

Свежие овощи тщательно перебрать, промыть, очистить, нашинковать, добавить соли, все хорошо перемешать, плотно

уложить в чистые банки, сверху насыпать тонкий слой соли, банки покрыть пергаментом, завязать, овощи хранить в холодильнике.

2. КОНСЕРВИРОВАНИЕ ОВОЩЕЙ

Консервирование овощей в домашних условиях в последние годы получило широкое распространение. Для консервирования применяют слабокислые и острые маринады. В острые маринады добавляют уксусную кислоту. Такие маринады хорошо сохраняются без стерилизации. Слабокислые маринады требуют стерилизации. При консервировании овощей обязательно используются пряности. Они не только улучшают вкус консервированных продуктов, но и способствуют их длительной сохранности. В качестве пряностей применяют: перец, гвоздику, корицу, лист и корень сельдерея, петрушки, хрена, лавровый лист, листья вишни и черной смородины, чеснок, укроп, мяту, зелень и семена кинзы.

Консервированные томаты

В подготовленные литровые банки положить зелень (листья и стебли сельдерея), нарезанный кусочками чеснок, хорошо вымытые зрелые томаты, овощи залить горячим профильтрованным рассолом, банки прикрыть стерильными крышками, поставить в кастрюлю с горячей водой и простерилизовать в течение 5–7 мин, считая от начала закипания воды в кастрюле, после этого банки вынуть, закатать и поставить вверх дном на несколько часов. Для приготовления рассола берут одну столовую ложку соли на литр воды.

Томаты очищенные в собственном соку

Для консервирования используют томаты, одинаковые по форме (круглые, грушевидные или сливовидные) и размеру, зрелые, плотные, крепкие.

Томаты тщательно вымыть, положить в дуршлаг и опустить на 1–2 мин в кастрюлю с горячей водой (95–98 °С). После этого томаты подержать 1–2 мин в холодной воде, затем снять с них кожицу. Очищенные томаты плотно уложить в подготовленные банки, залить горячим томатным соком (массой, полученной при протирании через сито свежих зрелых томатов), банки прикрыть стерильными крышками, поставить в кастрюлю с горячей водой и стерилизовать в кипящей воде 35–40 мин. После стерилизации банки сразу закатать, перевернуть вверх дном, остудить.

Консервированный сладкий перец

Первый способ. Крупный мясистый сладкий перец вымыть, освободить от плодоножек, перепонок и семян, положить в дуршлаг и опустить на 1 мин в горячую воду, затем дать воде стечь, перец уложить в литровые банки, в каждую банку добавить чайную ложку сахара, 1/3 чайной ложки лимонной кислоты, 1 гвоздику, 1–2 горошины душистого перца, несколько горошин черного перца, лист и стебли сельдерея, все залить кипящим рассолом так, чтобы образовался выпуклый мениск, банки покрыть стерильными крышками и сразу же закатать, не стерилизуя. Для приготовления рассола берут одну столовую ложку соли на литр воды. Перец хранить в холодильнике.

Второй способ. Вымытый мясистый перец освободить от плодоножек, перепонок и семян, еще раз хорошо промыть, нашинковать кольцами (поперек), уложить в литровые банки, пересыпав очищенными дольками чеснока (на одну банку 1–2 головки чеснока), добавить чайную ложку сахара и 1/3 чайной ложки лимонной кислоты, перцы залить горячим рассолом, сверху налить 1–2 столовые ложки растительного масла, банки закрыть стерильными крышками, закатать, поставить в кастрюлю с горячей водой и простерилизовать в течение 7—10 мин. После стерилизации банки остудить, поставить вверх дном.

Сладкий перец в томатном пюре

Спелые помидоры промыть, нарезать, пропустить через мясорубку, протереть через сито. Томатное пюре опустить в чистую кастрюлю и проварить так, чтобы объем его уменьшился в 2–3 раза, готовое пюре посолить (1 столовая ложка соли на 1 л пюре). Перец промыть, освободить от плодоножек, перепонок и семян, еще раз промыть, уложить в подготовленные банки, вложив один стручок в другой, залить готовым томатным горячим пюре. Банки прикрыть стерильными крышками, поставить в кастрюлю и простерилизовать в течение 15 мин. После стерилизации банки остудить, поставив вверх дном.

Салат из перца

5 кг перца, 1 стакан 9 %-ного уксуса, 1 стакан растительного масла, 1 стакан воды, 1 стакан сахара, 1 столовая ложка соли.

В большую кастрюлю вылить уксус, масло, воду, добавить сахар и соль и все довести до кипения. Зеленый и красный перец промыть, освободить от плодоножек, перепонок и семян, еще раз

промыть, нашинковать кольцами, высыпать в кастрюлю с горячей заливкой и варить 30 мин, периодически помешивая. Затем все быстро положить в подготовленные банки, банки закрыть стерильными крышками и закатать.

Лечо

1 кг подготовленного к консервированию сладкого перца, 1 л томатного пюре, 2 столовые ложки сахара, 1 столовая ложка соли.

Зеленый и красный перец тщательно вымыть, освободить от плодоножек, перепонок и семян, еще раз промыть, нарезать на небольшие квадратики. Зрелые томаты вымыть, нарезать, пропустить через мясорубку, протереть через сито, положить в кастрюлю и уварить до уменьшения в объеме в 3 раза. Готовое томатное пюре посолить, опустить в него подготовленный перец, добавить сахар, все прокипятить в течение 10 мин, после чего горячую массу положить в подготовленные банки, так, чтобы перец был полностью покрыт томатом, банки прикрыть крышками и простерилизовать в кипящей воде (пол-литровые банки — 25 мин, литровые— 30 мин). После стерилизации банки закатать, перевернуть вверх дном.

Консервированные огурцы

Отобрать мелкие крепкие огурцы, одинакового размера и правильной формы, огурцы вымыть и замочить в холодной воде на 6–8 ч для удаления воздуха из тканей. Пряные добавки (лист и корень хрена, лист вишни, укроп, лавровый лист) тщательно промыть, измельчить на кусочки, чеснок очистить, крупные дольки нарезать кусочками. В подготовленные банки положить пряности, затем красиво, в вертикальном положении разместить огурцы. В каждую банку влить по столовой ложке 9 %-ного уксуса, банки заполнить до краев профильтрованным кипящим рассолом, плотно прикрыть стерильными крышками и сразу же закатать. Закатанные банки перевернуть вверх дном и оставить до полного охлаждения, огурцы хранить в холодильнике. При таком способе консервирования огурцы получаются вкусные, хрустящие. Для приготовления рассола берут 1 столовую ложку соли на 1 литр воды.

Консервированные огурцы резаные

На 1 литровую банку: 600–700 г огурцов, 35 г пряностей, 1 столовая ложка 9 %-ного уксуса. Для рассола: 1 столовая ложка соли на 1 л воды.

Длинноплодные огурцы — молодые, плотные, крепкие, с неразвитыми семенами — замочить на 5–6 ч в холодной воде, затем тщательно вымыть, нарезать на кусочки, положить в подготовленные банки с пряностями, добавить в каждую банку по столовой ложке уксуса, огурцы залить профильтрованным кипящим рассолом, банки плотно прикрыть стерильными крышками и сразу же закатать. Закатанные банки перевернуть вверх дном, хранить в холодильнике.

Консервированные огурцы с красной смородиной

На 1 литровую банку: 600 г огурцов, 3/4 стакана красной смородины, по 1 шт гвоздики, корицы, душистого перца, 3–5 горошин черного перца. Для рассола: 1 столовая ложка соли на 1 л воды.

Консервирование огурцов производится так же, как указано в предыдущих рецептах, лишь вместо уксуса используется красная смородина.

Консервированные патиссоны

Консервирование патиссонов осуществляется так же, как огурцов. Молодые патиссоны диаметром 3–5 см тщательно помыть, освободить от плодоножки, уложить в подготовленные банки с пряностями (пряности берут в таком же количестве, как и для огурцов). В каждую банку налить одну столовую ложку 9 %-ного уксуса, банки до краев заполнить профильтрованным кипящим рассолом, плотно прикрыть стерильными крышками, простерилизовать, закатать, перевернуть вверх дном, охладить. Стерилизовать патиссоны можно не более 7—10 мин, иначе они станут дряблыми.

Консервированные кабачки

Отобрать молодые, плотные, с неразвитыми семенами кабачки диаметром не более 4–5 см, тщательно помыть (кожицу у молодых кабачков можно не срезать), нарезать кружочками толщиной 1–1,2 см, опустить на 3–5 мин в кипящую воду, затем на 3–5 мин погрузить в холодную воду. После этого кабачки

положить в подготовленные банки с пряностями (пряности берут в таком же количестве, как и для огурцов). В воду добавить соль и уксус, довести ее до кипения, затем охладить и охлажденным рассолом залить кабачки. Банки прикрыть стерильными крышками, поставить в кастрюлю с водой и простерилизовать в течение 30 мин, считая от начала закипания воды в кастрюле. После стерилизации банки закатать, перевернуть вверх дном и остудить.

Для приготовления рассола берут одну столовую ложку соли и 100 г 9%-ного уксуса на литр воды.

Консервированная цветная капуста

Первый способ. Молодые, крепкие, плотные, белые кочешки опустить на 20–30 мин в подсоленную воду, затем тщательно промыть, разделить на мелкие соцветия, отварить (не более 5–7 мин), положить в банки, залить профильтрованным горячим рассолом, банки прикрыть стерильными крышками, опустить в кастрюлю с горячей водой и простерилизовать в течение 25 мин, считая от начала закипания воды в кастрюле, после этого банки закатать, перевернуть вверх дном и остудить, Консервированную цветную капусту рекомендуется хранить в холодильнике. Используется она как гарнир к мясным блюдам, а также для заправки супов.

Второй способ. Цветная капуста, морковь, корни сельдерея, вода, соль.

Цветную капусту подготовить, как указано выше. Морковь тщательно помыть, почистить, нарезать кубиками, поварить 7—10 мин, откинуть на сито, дать стечь воде. Сельдерей хорошо промыть, нарезать кусочками размером 1,2–1,5 см. Подготовленные овощи положить в литровые банки слоями: слой сельдерея, слой моркови, слой цветной капусты (каждый слой должен занимать 1/3 банки), залить профильтрованным горячим рассолом (1 столовая ложка соли на 1 л воды). Банки прикрыть стерильными крышками, поставить в кастрюлю с горячей водой и простерилизовать в течение 25 мин, считая от начала закипания воды, затем закатать, перевернуть вверх дном, остудить, хранить в холодильнике. Заготовленную таким способом цветную капусту используют для заправки супов.

Третий способ. Цветную капусту подготовить, как указано выше, положить в чистые банки с пряностями (гвоздика, душистый и черный перец, лавровый лист), залить холодным маринадом. Банки прикрыть стерильными крышками и поставить в кастрюлю с водой для стерилизации, стерилизовать 25 мин,

считая от начала закипания воды в кастрюле, затем банки закатать, перевернуть вверх дном и остудить. Консервированную капусту хранить в холодильнике.

Для приготовления маринада берут 3/4 стакана воды, 3/4 стакана уксуса, 1 столовую ложку соли, 1,5 столовые ложки сахара на банку капусты.

3. ЗАГОТОВКА ГРИБОВ

Грибы сушат, солят, маринуют. Так как продукт этот скоропортящийся, перерабатывать грибы необходимо в день сбора. Свежие грибы перебирают, сортируют по видам и степени зрелости с учетом последующей переработки. Самые молодые грибы хороши для маринования, менее молодые — для сушки и соления, грибы постарше используются для приготовления грибной вытяжки, икры, соусов.

Сушеные грибы

Для сушки отбирают молодые, крепкие, неповрежденные грибы (чаще всего белые). Грибы перебирают, очищают от хвои, листьев и песка, протирают влажной салфеткой (мыть грибы, предназначенные для сушки, не рекомендуется, так как они легко впитывают воду и медленно высыхают). Ножки отделяют от шляпок, крупные грибы разрезают на части.

Подготовленные грибы нанизывают на шпагат, суровую нитку, тонкую нержавеющую проволоку или тонкие деревянные прутики и сушат на воздухе, в русской печи, в духовке, в сушилках или у костра на специальных приспособлениях. При сушке на воздухе грибы подвешивают под навесом, на веранде или на чердаке, в хорошо проветриваемом месте. В духовке грибы сушат на противнях либо на металлических листах или нанизанными на металлические прутики. Высушенные грибы хранят в прохладном помещении в холщовых мешках или стеклянных банках с притертыми крышками.

Соленые грибы

Для соления используют, главным образом, пластинчатые грибы: рыжики, волнушки, грузди, сыроежки, лисички, валуи, опенки и другие. При солении грибы можно не разделять по видам.

Применяют два способа соления грибов: холодный и горячий.

При холодном солении грибы перебирают и вымачивают в холодной воде в течение 2–3 дней, многократно меняя воду для удаления млечного сока. При этом грибы должны находиться в холодном помещении, иначе они могут забродить и закиснуть. Вымоченные грибы укладывают в посуду (в эмалированную кастрюлю или бочку) ножками вверх и пересыпают солью (на

10 кг грибов 300–400 г соли). На дно посуды, в середину грибов и сверху кладут пряности и приправы: чеснок, перец, укроп, лист хрена, лист черной смородины, лавровый лист, душистый перец, гвоздику и другие (в рыжики добавлять пряности не рекомендуется, чтобы не заглушить собственный хороший аромат этих грибов). Сверху кладут чистую салфетку, деревянный кружок и груз. По мере оседания грибов к ним можно добавлять вновь собранные грибы, пересыпая их солью. Когда емкость будет заполнена до краев, ее выносят в холодное место. При таком способе засола рыжики будут готовы к употреблению через 10–12 дней, грузди — через 30–40 дней, валуи — через 1,5–2 месяца.

При горячем способе засола перебранные, вымытые грибы бланшируют, откидывают на решето, несколько раз обдают холодной водой, дают стечь воде, затем укладывают грибы в посуду, подготовленную для засола, добавляя пряности, грибы пересыпают солью. При этом способе засола из грибов быстро удаляется горечь, грибы становятся упругими.

Отваривать грибы следует по видам с учетом их возраста. Так, подосиновики не рекомендуется отваривать вместе с подберезовиками, которые варятся быстрее. Маслята не следует отваривать с подосиновиками и подберезовиками, так как они придают маслятам темную окраску. Крупные грибы лучше отделить от мелких, так как они варятся быстрее, ножки необходимо отделить от шляпок и разрезать вдоль, столбиками. Каждую новую партию грибов отваривать надо в чистой воде.

Засоленные грибы хранят в прохладном месте, периодически, не реже одного раза в две недели, промывая деревянный кружок и гнет и меняя салфетку.

Маринованные грибы

10 кг свежих грибов, 1,5 л воды, 400 г соли, 3 г лимонной или виннокаменной кислоты, 1/2 стакана уксусной эссенции.

Маринуют белые грибы, подосиновики, подберезовики, моховики, маслята, лисички, опенки и другие. Грибы перебирают, сортируют по видам и размерам, шляпки отделяют от ножек, у маслят снимают кожицу, грибы тщательно промывают, несколько раз меняя воду. Подготовленные грибы высыпают в кастрюлю, добавляют воду, соль, лимонную или виннокаменную кислоту, лавровый лист, корицу, гвоздику, душистый перец и другие пряности. Грибы отваривают, периодически снимая пену. В конце варки к грибам добавляют уксусную эссенцию, предварительно

смешанную с грибным отваром. Когда грибы начнут оседать на дно, а отвар станет прозрачным, кастрюлю снимают с огня, горячие грибы перекладывают в подготовленные стерильные банки и заливают отваром, в котором они варились. Банки прикрывают стерильными крышками и стерилизуют в кипящей воде (пол-литровые банки —25 мин, литровые — 30 мин). По окончании стерилизации банки быстро закатывают, переворачивают вверх дном и охлаждают.

Грибы можно замариновать и другим способом. Отваренные охлажденные грибы раскладывают в стерильные банки, заливают охлажденным маринадом, поверх маринада наливают небольшой слой растительного масла, банки закрывают пергаментной бумагой и завязывают. Грибы хранят в холодильнике.

Для приготовления маринада берут на 1 л воды 3 чайные ложки 80 %-ной уксусной эссенции (или 1 граненый стакан 6 %-ного уксуса, в этом случае воды следует взять на один стакан меньше), 2 столовые ложки сахара, 4 чайные ложки соли, 3 лавровых листа, 6 горошин душистого перца, 3 гвоздики, 3 кусочка корицы.

Консервированные грибы натуральные

Молодые, крепкие белые грибы, подосиновики, подберезовики, маслята, опята, лисички, моховики перебирают, очищают, промывают, нарезают кусочками и сразу же опускают в холодную воду, подкисленную лимонной кислотой (2 г на 1 л воды). После этого грибы отваривают в подкисленной соленой воде (5 г лимонной кислоты и 1 столовая ложка соли на 1 л воды), периодически снимая пену шумовкой.

Когда грибы опустятся на дно, их снимают с огня, откидывают на дуршлаг и дают стечь отвару. Грибы раскладывают в стерильные банки и заливают процеженным отваром или горячим раствором, подготовленным так же, как для отваривания грибов. Банки накрывают стерильными крышками, помещают в кастрюлю с водой и стерилизуют (пол-литровые банки — 1 ч 10 мин, литровые — 1,5 ч). Из натуральных грибов можно приготавливать различные первые и вторые блюда.

Грибная вытяжка

Белые грибы, подосиновики, подберезовики, моховики перебирают, очищают, моют, нарезают кусочками, помещают в эмалированную кастрюлю с небольшим количеством подкисленной соленой воды (на 1 кг грибов 1/2 стакана воды, 1

чайная ложка соли, 2 г лимонной кислоты) и отваривают в течение 30 мин, добавляя понемногу еще 1/2 стакана воды и постоянно снимая пену. Отваренные грибы откидывают на дуршлаг, дают стечь отвару, грибы пропускают через мясорубку и прессуют. Отвар смешивают с соком, полученным в результате прессования грибов, и уваривают при постоянном помешивании до уменьшения в объеме вдвое. Горячую сиропообразную грибную вытяжку разливают в банки или в бутылки, помещают в кастрюлю с водой и стерилизуют в течение 30 мин, после чего укупоривают и охлаждают. Банки (бутылки) с вытяжкой хранят в холодном месте.

Грибную вытяжку используют для приготовления соусов, вегетарианских супов и борщей.

4. ЗАГОТОВКА ВАРЕНЬЯ

Варенье можно приготовить из любых ягод и фруктов и даже из овощей. Ягоды и фрукты для варенья отбирают свежие, неперезрелые, средние по размеру (мелкие плоды и ягоды при варке сморщиваются, крупные медленно пропитываются сахарным сиропом). Яблоки, груши и айву рекомендуется очищать от кожицы, персики и сливу — бланшировать или накалывать.

Лучший способ приготовления варенья — многократная или ступенчатая варка. Подготовленные плоды заливают горячим сахарным сиропом и выдерживают 4—12 ч, затем медленно нагревают, доводят до кипения, кипятят 5–7 мин, снимают с огня и вновь выдерживают 3–4 ч, с тем чтобы они хорошо пропитались сиропом. После этого плоды доводят до кипения, охлаждают, выдерживают 4–8 ч и, наконец, уваривают окончательно. При такой технологии плоды не разваривaются, варенье получается прозрачным.

На каждый килограмм ягод или фруктов следует брать не менее 1 кг сахара.

Варенье из садовой или лесной земляники

1 кг земляники, 1,2 кг сахара.

Отобрать не слишком крупные плотные спелые ягоды одинакового размера, интенсивной окраски, промыть их в холодной воде, разложить на столе на чистой сухой салфетке, просушить, после чего удалить чашелистики. Ягоды положить в таз, засыпать половиной сахара и поставить в холодное место на 5–6 ч. Выделившийся из ягод сок смешать со второй половиной сахара, сироп довести до кипения, немного поварить (не добавляя воды), затем опустить в него ягоды. Варенье варить на слабом огне до готовности, периодически снимая пену и встряхивая таз.

Земляничное варенье склонно к засахариванию, поэтому в конце варки в него рекомендуется добавлять лимонную кислоту (1 г на 1 кг ягод).

Варенье из малины или ежевики

1 кг малины (ежевики), 1,2 кг сахара.

Зрелые, плотные ягоды, собранные в сухую погоду, тщательно

перебрать, освободить от плодоножек и чашелистиков и промыть под струей воды или погружением в дуршлаге в чистую холодную воду (чистые ягоды собственного сбора можно не мыть; если малина поражена личинками малинового жука, ее следует положить на 15–20 мин в таз с 1–2 %-ным раствором поваренной соли, затем ополоснуть чистой водой). Подготовленные ягоды положить в таз, засыпать половиной сахара и поставить в холодное место на 5–6 ч. Выделившийся сок смешать с оставшимся сахаром, сироп довести до кипения, опустить в него ягоды и варить варенье до готовности, периодически встряхивая таз и снимая пену. Готовое варенье быстро охладить погружением таза в холодную воду и разложить в подготовленные стеклянные банки.

Варенье из черной смородины

1 кг смородины, 1,5 сахара, 1,5 стакана воды.

Отобрать крупные, зрелые ягоды, освободить их от плодоножек и кистей, тщательно промыть холодной водой, погрузить на 2–3 мин (в зависимости от плотности кожицы) в кипящую воду, затем залить горячим сахарным сиропом средней густоты, ягоды выдержать в сиропе 3–4 ч, после чего варить варенье до готовности.

Холодное варенье из черной смородины

1 кг ягод, 2 кг сахара.

Ягоды очистить от плодоножек и кистей, перебрать, тщательно промыть в холодной воде, рассыпать тонким слоем на чистой холщовой салфетке, просушить, затем растереть в фарфоровой ступке пестиком (или пропустить через мясорубку, одновременно прибавляя сахар), смешать с сахаром и разложить в чистые сухие банки. Банки закрыть крышками или пергаментной бумагой и поставить в холодное место.

Таким же способом можно приготовить холодное варенье из красной смородины, крыжовника, малины, черники, облепихи, клюквы, брусники и других ягод.

Варенье из красной смородины

1 кг ягод, 1,5 кг сахара, 2 стакана воды.

Ягоды перебрать, промыть в холодной воде, высыпать в таз, залить горячим сахарным сиропом и сразу же поставить варить. Варенье варить на слабом огне 25–30 мин.

Желе из красной смородины

Первый способ. Ягоды перебрать, промыть в холодной воде, рассыпать тонким слоем на чистой салфетке, просушить. После этого из ягод отжать сок. При непрерывном помешивании к соку добавлять сахар. Сахар должен полностью раствориться. Желе хранить в холодном месте.

Второй способ. Ягоды перебрать, промыть, поместить в кастрюлю, добавить 1–1,5 стакана воды. Кастрюлю поставить на огонь и нагревать при постоянном помешивании до растрескивания ягод. После этого кастрюлю снять с плиты, ягоды быстро охладить, потолочь, отжать сок. К полученному соку добавить сахар (на 1 л сока — 1,3–1,5 кг сахара), сок с сахаром довести до кипения, поварить 5 мин и в горячем состоянии разлить в чистые, просушенные в духовке горячие банки, обернув снаружи дно и края банок влажными салфетками. Банки оставить незакрытыми до полного охлаждения желе, затем закрыть пергаментной бумагой. Желе хранить в холодильнике.

Варенье из крыжовника

1 кг ягод, 1,5 кг сахара, 2 стакана воды.

Зеленый (недозрелый) крыжовник освободить от плодоножек, остатков венчика, очистить от зерен, промыть, затем подержать 20–30 мин в холодной воде. Подготовленные ягоды положить в таз, залить горячим сахарным сиропом, выдержать 2–3 ч, после чего варить варенье до готовности. В варенье из крыжовника можно добавить немного ванилина (в конце варки). Готовое варенье необходимо быстро охладить, чтобы избежать появления буро-коричневой окраски. Для этого таз с вареньем следует поместить в посуду с часто сменяемой холодной водой.

Сироп для варенья из крыжовника можно приготовить на вытяжке из вишневых листьев: 2–3 горсти вишневых листьев промыть, положить в кастрюлю, залить холодной водой, поставить на огонь и медленно довести до кипения, воду слить, процедить и использовать для приготовления сахарного сиропа.

Варенье из вишни

1 кг вишни, 1 кг сахара.

Варенье из вишни варят с косточками и без косточек.

Варенье без косточек считается более качественным, оно может долго храниться. Варенье с косточками имеет характерный специфический вкус, обусловленный ароматическими компонентами ядра, содержащегося в косточке. Однако при длительном хранении в таком варенье вследствие происходящих ферментативных процессов образуется синильная кислота, которая может вызвать отравление. Вишневое варенье с косточками не подлежит длительному хранению.

Приготовление варенья из вишни без косточек. Вишню перебрать, освободить от плодоножек, промыть в холодной воде, удалить косточки, ягоды положить в эмалированную посуду, послойно пересыпая сахаром, выдержать несколько часов. Когда выделится сок, ягоды переложить в таз, остатки сахара смыть 1/2 стакана воды в таз с вишней. Вишню при постоянном помешивании довести до кипения и варить на умеренном огне до готовности, периодически снимая пену.

Приготовление варенья из вишни с косточками. Вишню перебрать, промыть, наколоть, положить в таз, залить горячим сахарным сиропом (800 г сахара на 2 стакана воды) и пробланшировать в течение 1 мин при температуре 80–90 °С. Затем ягоды выдержать 3–4 ч и сварить до готовности, добавив оставшееся количество сахара.

Варенье из сливы

1 кг сливы, 1 кг сахара, 2 стакана воды.

Сливу сорта венгерка перебрать, освободить от плодоножек, промыть, разрезать пополам, удалить косточки, сливу поместить в таз, залить сиропом, приготовленным из сахара и воды, выдержать 3–4 ч, после чего сварить до готовности в один прием. Красную, мелкую сливу с тонкой кожицей и неотделяющейся косточкой предварительно выдерживают в сахарном сиропе (5–8 ч), затем варят в 2–3 приема. По такому же способу варят алычу и ткемали.

Варенье из китайских яблочек

1 кг яблок, 1 кг сахара, 1 стакан воды.

Отобрать одинакового размера зрелые плоды, плодоножки

обрезать на 2/3 длины, яблочки промыть и пробланшировать погружением в кипящую воду на 3–5 мин, после этого их быстро охладить под струей холодной воды, наколоть и опустить в горячий сахарный сироп на 2–3 ч. Пропитавшиеся сиропом плоды поставить варить. Варенье варить в несколько (3–5) приемов. Готовность варенья определяется по появлению на его поверхности тугих пузырьков и прозрачности яблочек.

Варенье из айвы

1 кг айвы, 1 кг сахара, 2 стакана воды.

Плоды хорошо промыть, освободить от кожицы и сердцевины, нарезать на дольки, залить указанным количеством воды и варить до мягкости. После этого воду слить, всыпать в нее сахар и сварить сироп. В сироп опустить айву и варить ее в несколько приемов по 10–15 мин. Для ароматизации в варенье в конце варки можно добавить ванилин.

Деликатесное варенье из айвы

1 кг айвы, 1 кг сахара, 2 стакана воды, 1 лимон, 1 стакан ядер грецких орехов.

Зрелые плоды айвы тщательно промыть, тонким слоем срезать кожицу, удалить сердцевину. Очищенные плоды нарезать дольками и пробланшировать в течение 10–15 мин. Из половины предусмотренного рецептурой сахара и воды приготовить сироп, залить им сбланшированные, охлажденные плоды, выдержать их 3–4 ч, с тем чтобы айва пропиталась сахарным сиропом, после чего айву поставить варить, добавив остальное количество сахара. Варенье варить в несколько приемов по 10–15 мин. Снятую с плодов кожицу залить небольшим количеством воды и отварить, отвар процедить и добавить в варенье в начале последнего приема варки. Ядра грецких орехов и нарезанный кружочками лимон присоединить к варенью в конце варки.

Варенье из кизила

1 кг кизила, 1 кг сахара, 1,5 стакана воды.

Кизил перебрать, промыть, пробланшировать в течение 5 мин в горячей воде, затем воду слить, кизил опустить в сахарный сироп и варить до готовности.

Варенье из дикорастущей рябины

1 кг ягод, 1 кг сахара, 2 стакана воды.

Зрелые ягоды рябины перебрать, промыть, поварить в кипящей воде до размягчения, не допуская разваривания ягод. Воду слить. Когда ягоды остынут, залить их сахарным сиропом и варить до готовности в несколько приемов (с выдержками по 3–4 ч). Готовое варенье разлить в глубокие фаянсовые тарелки, выдержать 10–12 ч, после чего переложить в банки. Для улучшения вкуса и цвета в конце варки в варенье можно добавить лимонную кислоту (2 г на 1 кг ягод).

Варенье из черноплодной рябины

Черноплодная рябина — ценная лечебная ягода. Варенье из нее имеет красивый цвет и приятный вкус. Варить черноплодную рябину можно по-разному.

Первый способ. 1 кг ягод, 1 кг сахара, 1 стакан воды, 2 горсти листьев вишни, 1–2 яблока антоновки.

Листья вишни промыть, положить в эмалированную кастрюлю, залить холодной водой, поставить на медленный огонь и довести до кипения, полученный настой слить, процедить и использовать для приготовления сахарного сиропа. Ягоды перебрать, промыть, опустить в горячий сироп и варить до готовности, добавив мелко нарезанные яблоки.

Второй способ. 1 кг ягод, 1 кг сахара, 1 стакан воды. Ягоды перебрать, промыть, высыпать в горячий сахарный сироп и выдержать 8 ч, затем поставить на огонь, довести до кипения, снять с огня и выдержать еще несколько часов. После этого варенье варить до готовности (если ягоды опустились на дно таза, в котором они варятся, варенье готово).

Третий способ. 1 кг ягод, 1 кг сахара, 1 стакан воды.

Ягоды перебрать, промыть, пробланшировать в течение 2–3 мин так, чтобы они не потрескались, воду слить. Сахар разделить на три равные части. Из одной части приготовить сироп, погрузить в него ягоды и выдержать их 6 ч, после этого поставить их варить, добавив вторую часть сахара, через 15–20 мин ягоды снять с огня и выдержать еще 6 ч, затем, добавив третью часть сахара, варить до готовности. В конце варки в варенье можно добавить лимонную кислоту, ванилин.

Варенье из абрикосов

1 кг абрикосов, 1,4 кг сахара, 0,5 л воды.

Абрикосы промыть, мелкие плоды наколоть, крупные нарезать вдоль бороздки, извлечь косточку. Подготовленные абрикосы пробланшировать в кипящей воде в течение 1 мин, быстро охладить, залить сахарным сиропом и варить в 2–3 приема. В конце варки в варенье, во избежание его засахаривания, можно добавить немного лимонной кислоты.

Варенье из дыни

1 кг очищенной дыни, 1,5 кг сахара, 2 стакана воды.

Недозрелую дыню разрезать на две половины, освободить от семян и кожицы, нарезать кубиками, засыпать частью сахара и поставить в холодильник на 2 ч. Из оставшегося сахара и воды сварить сироп, залить им охлажденную дыню, выдержать 6–8 ч, после чего сироп слить, прокипятить, вторично залить им кусочки дыни и сварить варенье до готовности. За 3–5 мин до окончания варки в варенье можно добавить немного корочек лимона или ванилин.

Варенье из арбузных корок

1 кг корок, 1,5 кг сахара, 2 стакана воды.

Корки арбуза очистить от верхнего плотного слоя. Белую мякоть помыть, нарезать кубиками и сварить в воде до мягкости. Приготовить сахарный сироп, всыпать в него кубики арбузной корки и варить, пока они не станут прозрачными. В конце варки в варенье можно добавить лимонную кислоту, ванилин или другие ароматические вещества. Арбузные корки можно варить большими дольками и в дальнейшем вырезать из них выемками для печенья различные фигурки для отделки тортов и пирожных.

Варенье из апельсинных корок

Апельсинные корки промыть, нарезать дольками, каждую дольку свернуть в рулончик и нанизать на нитку, концы нитки связать так, чтобы корку лучше стянуть. Подготовленные корочки опустить в холодную воду и вымачивать 2–3 дня, часто меняя воду, затем корочки прокипятить в течение 10–15 мин, поменять воду и снова прокипятить 10–15 мин, корочки станут мягкими, потеряют горечь. После этого воду слить, корочки взвесить. Из

сахара (сахара взять в полтора раза больше, чем корочек) и небольшого количества воды сварить сироп, опустить в него корочки, добавить лимон вместе с цедрой, нарезав его на кусочки и удалив семена, и варить варенье до готовности (корочки должны стать прозрачными). После того как варенье остынет, удалить нитки. Корки можно нарезать ромбиками, треугольниками, квадратиками или в виде различных фигурок.

Варенье из ревеня

1 кг ревеня, 1,5 кг сахара, 1 л воды.

Нежные маловолокнистые черешки ревеня очистить от кожицы, нарезать кусочками, промыть в холодной воде, сбланшировать в кипящей воде, охладить под струей холодной воды, залить сиропом и варить в два приема. Варенье ароматизировать ванилином или корицей.

Варенье из моркови

1 кг моркови, 1,5 кг сахара, 1 л воды.

Для варенья используют лучшие сорта моркови — нантская, каротель. Морковь очистить, нарезать кусочками, поварить 5–8 мин в кипящей воде, охладить, после чего опустить в сахарный сироп и варить до готовности в два приема. В конце варки добавить лимонную кислоту и ванилин.

Варенье «пятиминутка»

1 кг ягод, 500–700 г сахара.

Черную смородину (крыжовник, красную смородину или любую другую садовую либо дикорастущую ягоду) перебрать, очистить, промыть, высыпать на стол на холщовую салфетку или полотенце и просушить. В эмалированную кастрюлю насыпать сахар, налить немного сока черной смородины (или других ягод, в зависимости от того, из каких ягод варится варенье) так, чтобы лишь смочить сахар, добавить ягоды, кастрюлю поставить на огонь, накрыв крышкой, нагреть до 85 °С, подержать при этой температуре 5 мин, помешивая во избежание пригорания, затем снять с огня. Варенье сразу же переложить в сухие стеклянные банки и немедленно закатать.

Киевское сухое варенье (цукаты)

Цукаты можно сварить из целых или нарезанных кусочками яблок, груш, айвы, персиков, абрикосов, из вишни, зеленого миндаля, незрелых грецких орехов, из моркови, из арбузных, дынных, апельсинных и лимонных корок.

Приготовить сахарный сироп, опустить в него подготовленные плоды и варить их до пробы на «прочную нитку» (капля сиропа должна создавать плотную непрерывающуюся нить между большим и указательными пальцами), после этого варенье в горячем виде вылить на металлическое сито с крупными отверстиями, дать стечь сиропу. Плоды подсушить при комнатной температуре или в духовке, обсыпать сахарным песком (200 г на 1 кг плодов), тщательно перемешать так, чтобы сахар' равномерно покрыл плоды, затем цукаты встряхнуть на сите для удаления избытка сахара, при необходимости еще подсушить при температуре 35–40 ˚С, упаковать в стеклянные банки или в деревянный ящик, выстланный пергаментом, и поставить в сухое прохладное место.

Цукаты подают к чаю, со взбитыми сливками, мороженым, используют для отделки куличей, кексов, печенья, тортов и пирожных.

Смоква из рябины

Ягоды дикорастущей рябины, собранные после первых морозов, перебрать, очистить, промыть, положить в кастрюлю или лучше в глиняный горшок и поставить в духовку с температурой 50–70 ˚С на 4–5 ч. После размягчения ягоды вынуть из духовки, протереть через частое сито, полученное пюре смешать с сахаром (в соотношении 1:1) и уварить до загустения на слабом огне при постоянном помешивании. Уваренную массу выложить ровным слоем в фарфоровое блюдо, смоченное водой, и поставить в теплое место на 2–3 дня. Подсушенную массу нарезать квадратами, ромбами, обсыпать сахарной пудрой, упаковать в стеклянные банки, закрыть пергаментной бумагой, завязать, поставить в сухое прохладное место.

Мармелад из яблок

1 кг яблок, 500–700 г сахара.

Яблоки осенних сортов антоновка, коричное, осеннее полосатое промыть, освободить от сердцевины, спечь в духовке,

протереть через сито, полученное пюре смешать с сахаром и уварить на медленном огне до загустения при непрерывном помешивании, чтобы не пригорело. Горячую уваренную массу переложить в стеклянные банки и вынести на холод или вылить ее на лист пергамента, посыпанный сахарной пудрой, массу разровнять ножом, выдержать несколько часов до полного остывания, после чего мармелад нарезать на треугольники, квадраты, ромбы. По такой же технологии можно приготовить мармелад из ягод.

Пастила из рябины

1 кг рябины, 500 г сахара.

Ягоды рябины перебрать, промыть, высыпать в горшок или в эмалированную кастрюлю, потолочь, засыпать сахаром и поставить в духовку. Когда ягоды дадут сок, массу хорошо перемешать (до полного растворения сахара), протереть через сито, затем выложить на металлический лист, выстланный пергаментной или восковой бумагой, массу разровнять, лист поставить в духовку с температурой 50–60 °С для подсушки пастилы.

Пастила из яблок

1 кг яблочного пюре, 1 кг сахара.

Яблочное пюре смешать с сахаром и уварить при тщательном перемешивании до средней густоты. Массу вылить в фанерные лотки или на лист фанеры, застланный пергаментом, и поставить в духовку для подсушки при температуре 50–60 °С. Готовая пастила имеет красноватый цвет, она хорошо режется ножом.

Пастила из малины

1 кг малины, 500 г сахара.

Спелую малину перебрать, высыпать в горшок или в эмалированную кастрюлю, закрыть крышкой и поставить в духовку. Когда ягоды распарятся, размять их деревянной ложкой или пестиком, протереть через сито, смешать с сахаром или с сахарной пудрой, уварить до густоты желе, выложить ровным слоем на металлический лист, выстланный пергаментом и посыпанный сахарной, пудрой, или в формочки и поставить в

духовку для подсушивания. Готовую пастилу посыпать сахарной пудрой.

По такому же принципу можно приготовить пастилу из крыжовника, черной и красной смородины и других фруктов и ягод.

5. ЗАГОТОВКА ПЛОДОВЫХ И ЯГОДНЫХ КОМПОТОВ

Компоты можно приготовить из любых ягод и фруктов, притом как из одного вида плодов, так и из их смеси. В компотах хорошо сохраняются присущие ягодам и фруктам вкус, аромат, естественный цвет. В домашних условиях путем стерилизации компоты приготавливают как с сахаром, так и без сахара. Компоты без сахара рекомендуются людям, больным диабетом.

Компот из яблок

Кислые или кисло-сладкие, зрелые, но не перезревшие здоровые яблоки тщательно вымыть, удалить сердцевину. Яблоки нарезать дольками, четвертинками или половинками (консервировать можно и целые плоды, удалив у них сердцевину), опустить в большую эмалированную кастрюлю с кипящей водой и пробланшировать в течение 5–7 мин при температуре 85 °С. После бланширования яблоки сразу же охладить под струей холодной воды, разложить в подготовленные банки, залить горячим сиропом так, чтобы он полностью покрывал плоды, и простерилизовать в кипящей воде.

При использовании стеклянных банок, укупориваемых стеклянными крышками с хомутиком, яблоки стерилизуют закрытыми: в пол-литровых банках — 10–15 мин, в литровых — 15–20 мин и в трехлитровых — до 30 мин. При этом необходимо учитывать степень зрелости яблок. Мягкие, нежные, зрелые яблоки требуют меньшего времени стерилизации, яблоки крепкие, плотные, недозрелые — большего времени. В обыкновенных стеклянных банках, укупориваемых жестяными крышками, яблоки стерилизуют столько же времени, но банки закатывают после стерилизации, затем переворачивают их вверх дном и оставляют на некоторое время для охлаждения.

Для приготовления сиропа берут 400 г сахара на 1 л воды.

Компот из яблок с лимоном

3 кг подготовленных яблок, 1,5 л воды, 350 г сахара, 1 лимон.

Яблоки промыть, очистить, освободить от сердцевины, нарезать дольками, положить в подкисленную воду (на 1 л воды

1 г лимонной или виннокаменной кислоты). Прокипятить воду с сахаром. В подготовленные банки положить яблоки, вынутые из подкисленной воды, между дольками яблок расположить ломтики лимона, яблоки с лимоном залить горячим сиропом и простерилизовать, как указано в предыдущем рецепте.

Компот из яблок с лимоном и пряностями

3 кг подготовленных яблок, 1,5 л воды, 600 г сахара, кусочек корицы, 2 гвоздики, 1 лимон.

Яблоки очистить, освободить от сердцевины, нарезать дольками, промыть холодной водой, пробланшировать, положить в банки, добавить лимон, нарезанный ломтиками. Прокипятить воду с сахаром, корицей, гвоздикой, сироп процедить через сито, полученным сиропом залить яблоки и простерилизовать их, как указано выше.

Компот из груш

3 кг груш, 1,75 л воды, 750 г сахара.

Небольшие спелые крепкие груши хорошо промыть, освободить от плодоножек и околоцветников, положить в банки, залить горячим сиропом. Банки плотно закрыть, простерилизовать в течение 20 мин, затем перевернуть вверх дном и оставить до полного охлаждения.

Компот из груш с ромом

3 кг подготовленных груш, 2 л воды, 1 кг сахара, 100 г рома.

Спелые, крепкие груши очистить, разрезать на четыре дольки, освободить от сердцевины, промыть и положить в подкисленную воду. Из воды и сахара сварить сироп, опустить в него груши и поварить до их размягчения, затем груши положить в банки, сироп прокипятить еще раз, смешать с ромом, горячим сиропом залить груши. Банки быстро закрыть, завернуть в одеяло и в таком положении дать им остыть.

Компот из черешни

Первый способ. 3 кг черешни, 1,5 л воды, 600 г сахара.

Спелую крепкую черешню очистить от плодоножек, промыть в холодной воде, дать воде стечь, черешню положить в банки. Из воды и сахара сварить сироп, залить им черешню, банки плотно закрыть, простерилизовать в течение 8 мин с момента закипания воды в кастрюле для стерилизации. После стерилизации банки оставить в кастрюле до полного охлаждения.

Второй способ. 3 кг черешни, 1,75 л воды, 600 г сахара.

Прокипятить воду с сахаром. В кипящий сахарный сироп опустить очищенную, промытую черешню, ягоды немного поварить, быстро вынуть шумовкой, положить в подготовленные банки, залить горячим сиропом, в котором они варились. Банки плотно закрыть, завернуть в одеяло и оставить в таком виде до полного их остывания.

Компот из вишни

3 кг вишни, 1,5 л воды, 750 г сахара.

Спелую вишню перебрать, очистить от плодоножек, промыть холодной водой, дать воде стечь. Из воды и сахара сварить сироп. Ягоды положить в подготовленные банки, залить горячим сиропом и простерилизовать в кипящей воде в течение 5 мин.

Компот из вишни без косточек

3 кг вишни, 1 кг сахара.

Спелую вишню очистить от плодоножек, освободить от косточек, промыть, положить в подготовленные банки, пересыпав сахаром послойно, банки плотно закрыть и простерилизовать в течение 8 мин, считая с момента закипания воды в кастрюле.

Вишня в роме

3 кг вишни, 1,2 кг сахарной пудры, ром.

Спелую вишню перебрать, промыть, дать стечь воде, плодоножки отрезать на 1Д, вишню положить в банки слоями, пересыпав каждый слой сахаром, и полностью залить ромом. Банки покрыть двойным слоем целлофана и завязать.

Компот из вишни с медом

3 кг вишни, 2 кг меда, ром.

В широкой кастрюле растопить мед, в кипящий мед засыпать подготовленную вишню так, чтобы она была полностью покрыта медом, и дать немного покипеть, снимая образующуюся при этом пену. Вишню быстро вынуть шумовкой из меда и сразу же положить в подготовленные банки. Мед прокипятить, горячим медом залить вишню. В каждую банку добавить ром, банки быстро закрыть, завернуть в одеяло и держать в таком виде до полного остывания компота.

Компот из слив

Первый способ. 3 кг слив, 1,5 л воды, 750 г сахара.

Спелые, крепкие сливы тщательно промыть, освободить от плодоножек, разрезать пополам, удалить косточки, сливы положить в подготовленные банки. Прокипятить воду с сахаром, полученным сиропом залить сливы. Банки плотно закрыть, простерилизовать 5 мин, считая с момента закипания воды в кастрюле, вынуть из воды, перевернуть вверх дном и оставить до полного остывания.

Второй способ. 3 кг слив, 1,5 л воды, 900 г сахара.

Непереспелые, крепкие сливы промыть, освободить от плодоножек, положить в подготовленные банки. Прокипятить воду с сахаром, горячим сиропом залить сливы. Банки прикрыть стерильными крышками, простерилизовать в течение 5 мин, считая с момента закипания воды в кастрюле для стерилизации, вынуть из воды, быстро закатать, перевернуть вверх дном и оставить в таком виде до полного остывания.

Компот из слив в собственном соку

Спелые, крепкие сливы хорошо промыть, освободить от плодоножек, положить в банки, банки плотно закрыть, поставить в кастрюлю с горячей водой и простерилизовать 10 мин, считая с момента закипания воды в кастрюле. По такому же способу можно приготовить разрезанные пополам сливы, удалив косточки. Половинки слив следует положить в банки разрезом вниз и немного придавить рукой.

Компот из слив с вином

3 кг слив, 0,75 л воды, 0,75 л красного виноградного вина, 750 г сахара, 2–3 гвоздики, корица, ванилин.

Крепкие, спелые сливы тщательно промыть, освободить от плодоножек, разрезать пополам, удалить косточки, сливы положить в подготовленные банки. Воду, вино, сахар, пряности прокипятить, процедить, горячим сиропом залить сливы, банки плотно закрыть и простерилизовать 5 мин, считая с момента закипания воды в кастрюле для стерилизации. Банки вынуть, завернуть в одеяло и выдержать до полного остывания.

Компот из слив с медом

8 кг сливу 1,5 л воды, 1 кг меда.

Крепкие, спелые сливы промыть, освободить от плодоножек, положить в тазик. Прокипятить воду с медом, сливы залить кипящим сиропом и оставить на сутки. Затем сироп слить, еще раз прокипятить, сливы положить в подготовленные банки и залить горячим сиропом, банки поставить в кастрюлю с горячей водой, простерилизовать 5 мин, считая с момента закипания воды в кастрюле, после чего закатать, перевернуть вверх дном, дать остыть.

Компот из абрикосов

3 кг абрикосов, 1 л воды, 900 г сахара.

Спелые, крепкие абрикосы тщательно промыть, разрезать пополам вдоль бороздки, вынуть косточки. Косточки разбить, ядра вынуть, очистить от кожицы. Абрикосы положить в подготовленные банки разрезом вниз, между абрикосами положить ядра. Прокипятить воду с сахаром, горячим сиропом залить абрикосы, банки плотно закрыть и простерилизовать 8 мин, считая с момента закипания воды в кастрюле для стерилизации. Банки вынуть, перевернуть вверх дном и оставить до полного остывания.

Компот из абрикосов с ромом

3 кг абрикосов, 1,5 л воды, 1 кг сахара, ром.

Спелые, крепкие абрикосы тщательно промыть, опустить в кипящую воду, немного поварить, затем быстро охладить, снять кожицу. Подготовленные абрикосы положить в банки. Прокипятить воду с сахаром, горячим сиропом залить абрикосы, в каждую банку добавить немного рому, банки плотно закрыть, завернуть в одеяло и оставить до полного остывания.

Компот из абрикосов с медом

3 кг абрикосов, 2 л воды, 750 г меда.

Небольшие, крепкие, спелые абрикосы тщательно промыть, положить в подготовленные банки. Прокипятить воду с медом, горячим сиропом залить абрикосы, банки плотно закрыть и простерилизовать 8 мин, считая с момента закипания воды в кастрюле для стерилизации.

Абрикосы в сахаре

3 кг абрикосов, 1,3 кг сахарной пудры.

Спелые, крепкие абрикосы тщательно промыть, разрезать пополам вдоль бороздки, удалить косточки. Половинки абрикосов положить в миску, пересыпать сахарной пудрой и оставить на сутки. Затем абрикосы переложить в подготовленные банки, залить выделившимся соком, банки плотно закрыть и простерилизовать 10 мин, считая с момента закипания воды в кастрюле для стерилизации.

Компот из персиков

3 кг персиков, 2 л воды, 750 г сахара.

Персики тщательно промыть, пробланшировать, очистить от кожицы, разрезать пополам, освободить от косточек, положить в подготовленные банки. Прокипятить воду с сахаром, горячим сиропом залить персики, банки плотно закрыть и простерилизовать 10 мин, считая с момента закипания воды в кастрюле для стерилизации.

Компот из персиков с медом

3 кг очищенных от кожицы, разрезанных пополам персиков, 1 л воды, 750 г сахара, 250 меда, ром.

Крепкие персики промыть, пробланшировать, очистить, разрезать пополам, освободить от косточек, положить в подготовленные банки. Воду, сахар и мед прокипятить, горячим сиропом залить персики, в каждую банку добавить ром, банки плотно закрыть и простерилизовать 10 мин, считая с момента закипания воды в кастрюле для стерилизации.

Компот из кизила

3 кг кизила, 1 л воды, 1 кг сахара.

Крупный, спелый кизил промыть, положить в подготовленные банки. Прокипятить воду с сахаром, горячим сиропом залить кизил, банки плотно закрыть и простерилизовать 10 мин, считая с момента закипания воды в кастрюле для стерилизации.

Компот из земляники (клубники)

3 кг земляники, 1 л воды, 600 г сахара.

Ягоды быстро промыть под струей воды, дать стечь воде, ягоды очистить от плодоножек, положить в подготовленные банки. Прокипятить воду с сахаром, горячим сиропом залить ягоды, банки плотно закрыть крышками и простерилизовать 3 мин, считая с момента закипания воды в кастрюле для стерилизации.

Земляника в собственном соку

На 1 литровую банку 650 г земляники, 150 г сахара.

Землянику быстро промыть, освободить от плодоножек, положить в подготовленные банки, пересыпать сахаром, банки плотно закрыть и простерилизовать 5 мин, считая с момента закипания воды в кастрюле для стерилизации.

Компот из крыжовника

3 кг крыжовника, 1 л воды, 700 г сахара.

Крыжовник промыть, освободить от плодоножек, наколоть иглой, положить в подготовленные банки. Прокипятить воду и сахар, горячим сиропом залить крыжовник, банки плотно закрыть и простерилизовать 3 мин, считая с момента закипания воды в кастрюле для стерилизации.

Компот из красной смородины

3 кг красной смородины, 1 л воды, 700 г сахара.

Спелую, крупную красную смородину промыть холодной водой, освободить от плодоножек, высыпать в подготовленные банки. Прокипятить воду с сахаром, горячим сиропом залить ягоды, банки закрыть крышками и простерилизовать 3 мин, считая с момента закипания воды в кастрюле для стерилизации.

Смородина в собственном соку

На 1 литровую банку 750 г красной смородины, 200 г сахара.

Крупную, спелую смородину промыть холодной водой, освободить от плодоножек, высыпать в подготовленные банки, пересыпать сахаром, банки плотно закрыть и простерилизовать 5 мин, считая с момента закипания воды в кастрюле для стерилизации.

Компот из черники

3 кг черники, 1 л воды, 600 г сахара.

Чернику промыть, обсушить, высыпать в подготовленные банки. Прокипятить воду с сахаром, горячим сиропом залить ягоды, банки плотно закрыть крышками и простерилизовать 5 мин, считая с момента закипания воды в кастрюле для стерилизации.

Черника в собственном соку

Первый способ. На 1 литровую банку 750 г черники, 150 г сахара.

Чернику промыть, дать стечь воде, ягоды высыпать в подготовленные банки, пересыпая сахаром, банки плотно закрыть крышками и простерилизовать 8 мин, считая с момента закипания воды в кастрюле для стерилизации.

Второй способ. На 1 литровую банку 850 г черники.

Чернику промыть, дать стечь воде, ягоды высыпать в подготовленные банки, встряхивая их так, чтобы в банку

вместилось 850 г ягод. Банки плотно закрыть крышками и простерилизовать 10 мин.

Компот из брусники

3 кг брусники, 1,5 кг сахара, 1 л воды, 200 г рома.

Бруснику перебрать, промыть, дать стечь воде, ягоды высыпать в подготовленные банки. Прокипятить воду с сахаром, горячим сиропом залить ягоды, добавить ром, банки плотно закрыть крышками, завернуть в одеяло и оставить до полного остывания.

Брусника в собственном соку

3 кг брусники, 1,25 кг сахара.

Бруснику перебрать, промыть, положить в кастрюлю или в глиняный горшок, поставить в духовку. Когда ягоды дадут сок, добавить к ним сахар и потушить еще 20 мин. В горячем состоянии бруснику разложить в подготовленные банки, банки закрыть целлофаном и завязать.

Брусника с яблоками и грушами

1,5 кг брусники, 1 кг яблок антоновки, 1 кг крепких груш, 1 кг сахара, 1,5 л воды, 1 лимон, ром, корица.

Бруснику перебрать, промыть, дать стечь воде. Яблоки и груши промыть, разрезать на четвертинки, удалить сердцевину. Прокипятить воду с сахаром, снять пену. Яблоки (без груш) опустить в сироп, слегка поварить, переложить шумовкой в миску. Так же поварить груши, присоединить их к яблокам. Наконец, в сироп опустить бруснику, прокипятить ее 5 мин, вынуть. К сиропу добавить корицу, сироп прокипятить. Подготовленные фрукты положить в чистые сухие банки: вниз — яблоки, затем — бруснику, груши, снова — бруснику и так до заполнения банок, сверху должна быть брусника. Лимон помыть, нарезать ломтиками, в каждую банку поверх ягод положить ломтик лимона, все залить сиропом, в каждую банку добавить по две ложки рома, банки плотно закрыть, завернуть в одеяло и оставить до полного остывания.

Компот из малины

Первый способ. На 1 литровую банку 700 г хорошей, крупной малины, 300 г сахара, 100 г холодной воды.

Малину перебрать, положить в сито, быстро промыть холодной водой, дать стечь воде. Ягоды слоями положить в банки, пересыпав каждый слой сахаром, залить холодной водой, банки плотно закрыть и простерилизовать 3 мин, считая с момента закипания воды в кастрюле для стерилизации.

Второй способ. 3 кг малины, 1 л воды, 750 г сахара.

Крупную садовую малину положить в сито, быстро промыть холодной водой, дать стечь воде. Малину насыпать в банки. Прокипятить воду с сахаром, сироп охладить. Охлажденным сиропом залить малину, банки плотно закрыть и простерилизовать 3 мин, считая с момента закипания воды в кастрюле для стерилизации.

Третий способ. 1 кг малины, 0,5 л воды, 1 кг сахара.

Крупную чистую малину положить в сито, быстро промыть холодной водой, дать стечь воде. Из сахара и воды сварить сироп, опустить в него ягоды, прокипятить 2 мин. После этого малину снять с огня и оставить до следующего дня. Затем малину шумовкой переложить в подготовленные банки, сироп прокипятить и залить им ягоды, банки плотно закрыть и поставить в холодное помещение.

Малина в собственном соку

3 кг малины, 750 г сахарной пудры.

Крупную чистую малину положить в сито, быстро промыть холодной водой, дать стечь воде. Ягоды осторожно пересыпать в эмалированную или фарфоровую посуду (миску), переслаивая сахарной пудрой, и оставить до следующего дня. Затем ягоды положить в подготовленные банки, залить выделившимся соком, банки плотно закрыть крышками и простерилизовать 3 мин, считая с момента закипания воды в кастрюле для стерилизации.

Компот из ежевики

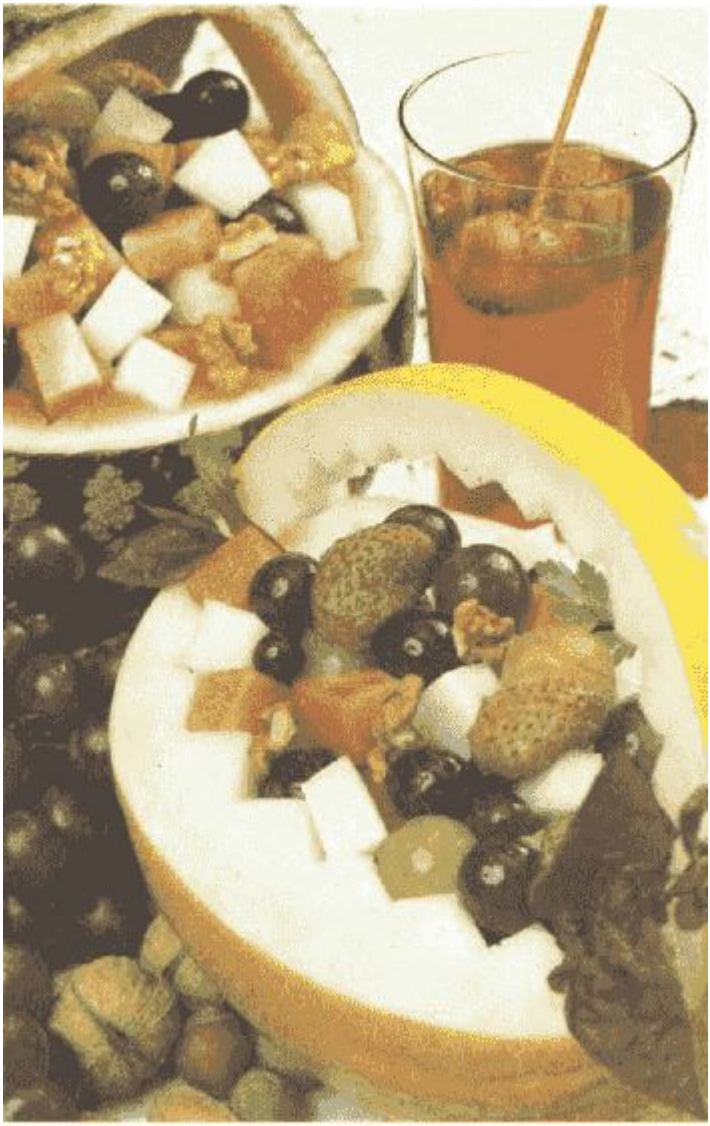
Первый способ. На 1 литровую банку 700 г ежевики, 300 г сахара, 100 г холодной воды.

Ежевику перебрать, промыть в сите под струей холодной воды, высыпать в подготовленные банки слоями, пересыпая каждый слой сахаром, ягоды залить холодной водой. Банки плотно закрыть крышками, поставить в кастрюлю с горячей водой и простерилизовать 3 мин, считая с момента закипания воды в кастрюле.

Второй способ. 3 кг ежевики, 1 л воды, 750 г сахара.

Ягоды перебрать, положить в сито, промыть под струей холодной воды, дать воде стечь. Прокипятить воду с сахаром. Ягоды положить в подготовленные банки, залить горячим сиропом, банки плотно закрыть крышками и простерилизовать 3 мин.

ИЛЛЮСТРАЦИИ



Салат «Праздничный».

Салат «Вальдорф».

Салат из свеклы с орехами.

Бутербродный торт.

Полосатые бутерброды.

Канапе.

Витаминная палитра.

Картофель, тушенный с мясом.

Картофельная запеканка.

Пироги.

Пряники.

Клецки картофельные («Колдуны»).

Курник.

Кулебяка.

Пирог с земляникой.

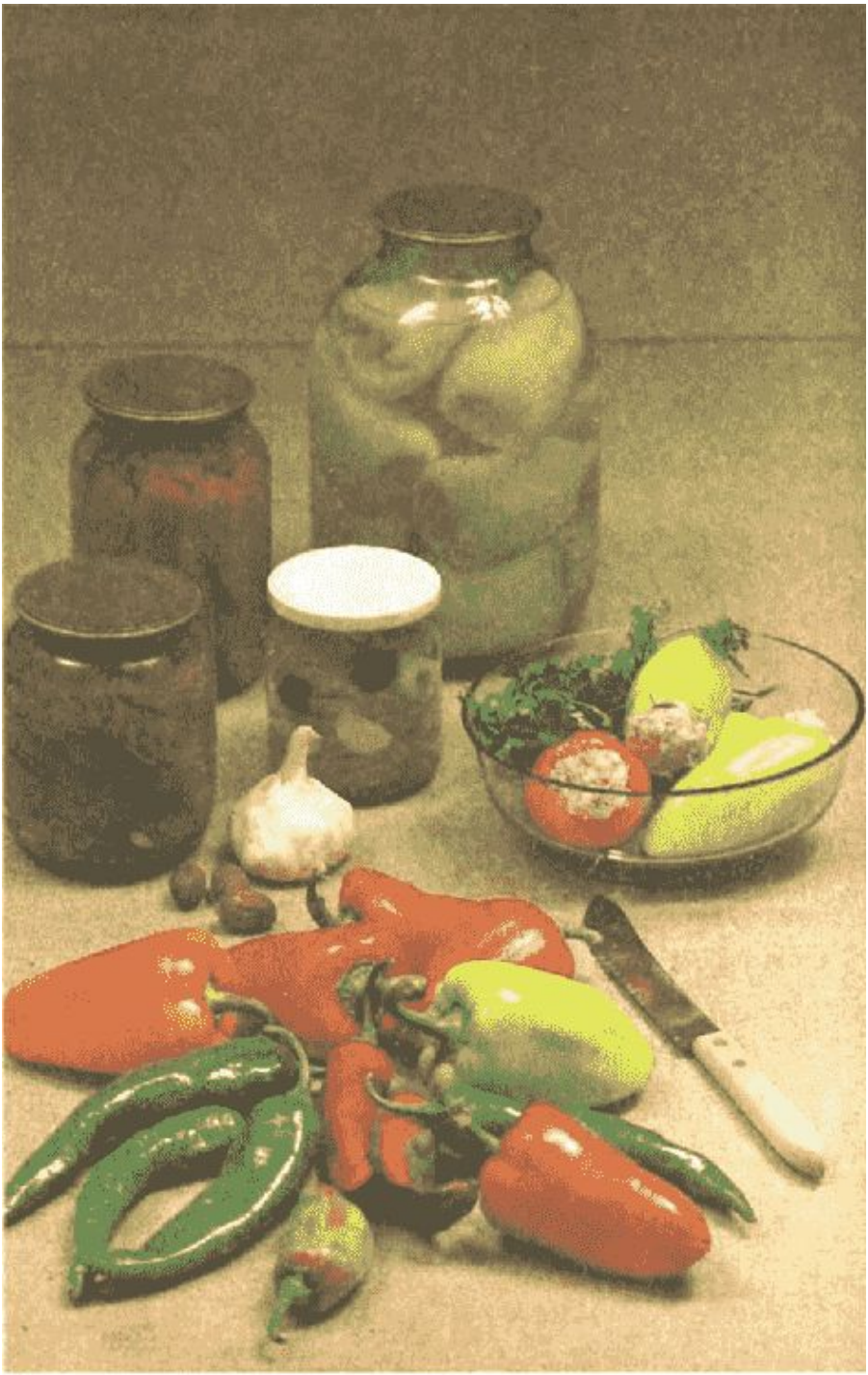
Пирог с курагой.

Пирог «Розы и магнолии».

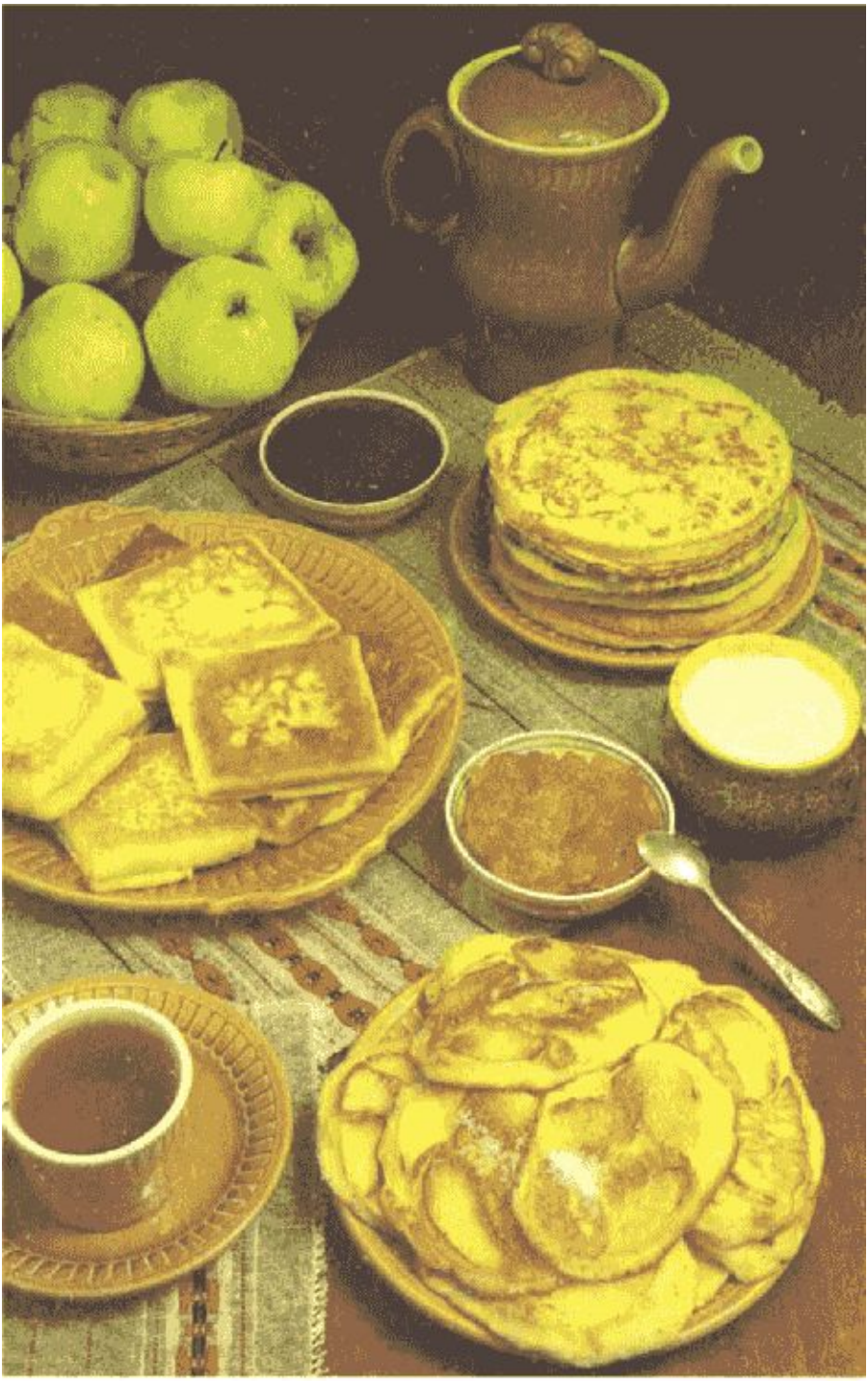
Пицца.

Изделия из песочного теста.

Блюдо из консервированных овощей.

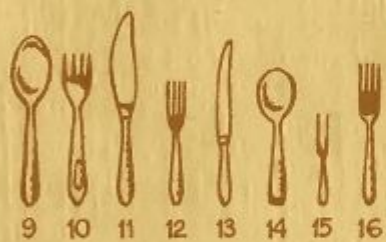


Консервированный перец.



Блины, блинчики и оладьи.

ЧТО ЧЕМ ЕДЯТ



1. Вилка для мясных блюд
2. Нож для мясных блюд
3. Суповая ложка
4. Чайная ложка
5. Ложечка для кофе
6. Ложечка для черного кофе
7. Вилка для десерта
8. Нож для десерта
9. Ложка для десерта
10. Вилка для рыбы
11. Нож для рыбы
12. Вилочка для фруктов
13. Нож для фруктов
14. Ложечка для сахара
15. Вилочка для лимона
16. Вилка для сладостей
17. Лопатка для торта
18. Нож для масла
19. Вилка для раскладки салата
20. Ложка для раскладки салата
21. Разливательная ложка
22. Соусная ложка

ПРИЛОЖЕНИЯ

ТАБЛИЦА ПЕРЕВОДА МЕР РАЗЛИЧНЫХ ПРОДУКТОВ В ГРАММЫ

Наименование продукта	Содержание в граммах			
	стакан (250 мл)	столовая ложка	чайная ложка	1 шт.
Мука, крупа и другие сыпучие продукты				
Мука пшеничная	160	25	10	—
Мука картофельная	200	30	10	—
Сухари молотые	125	15	5	—
Крупа гречневая	210	25	7	—
Крупа «геркулес»	90	12	6	—
Крупа манная	200	25	8	—
Крупа перловая	230	25	8	—
Крупа ячневая	180	20	7	—
Рис	230	25	9	—
Саго	180	20	7	—
Пшено	220	25	8	—
Фасоль	220	30	10	—
Горох нелущеный	200	—	—	—
Горох лущеный	230	25	10	—
Мак	155	15	5	—
Толченые орехи	120	20	6–7	—
Какао	—	20	10	—
Горчица	—	—	4	—
Перец душистый	—	—	4,5	—
Перец красный молотый	—	—	1	—
Перец черный	—	—	5	—
Гвоздика молотая	—	—	3	—
Гвоздика немолотая	—	—	4	—
Сахар, соль и другие продукты				
Сахарный песок	200	30	12	—
Сахарная пудра	190	25	7–8	—
Соль	325	30	10	—
Уксус	250	15	5	—
Желатин (листик)	—	—	—	2,5
Желатин (порошок)	—	15	5	—
Жиры, молочные продукты, яйца				
Масло животное топленое	245	20	5	—
Масло сливочное	210	40	15	—
Масло растительное	230	20	—	—
Маргарин топленый	—	14	—	—
Сало топленое	—	12	—	—
Смалец нерастопленный	230	60	—	—
Смалец растопленный	200	40	—	—
Молоко цельное	250	20	5	—
Молоко сгущенное	—	30	12	—
Сметана	250	25	10	—
Яйцо	—	—	—	45–65
Яичный белок	—	—	—	30
Яичный желток	—	—	—	20

ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРЯНОСТЕЙ В 1 Г

Лавровый лист среднего размера . . . . . 7 шт.
Гвоздика . . . . . 12 шт.
Перец горький . . . . . 30 шт.
Перец душистый . . . . . 15 шт.

НАИБОЛЕЕ ЧАСТО УПОТРЕБЛЯЕМЫЕ В КУЛИНАРИИ ТЕРМИНЫ

Бланширование — кратковременная обработка пищевых продуктов (в основном растительного происхождения) горячей водой или паром с целью сохранения их натурального вида и облегчения варки, а также при консервировании.

Гомогенизированные продукты — однородные, пюреобразные, продукты.

Карамель — проба сахарного сиропа, который в холодной воде превращается в ломкую сахарную массу.

Консистенция — степень густоты (твердости, крепости).

Льезон — взбитая яичная или белковая масса, в которую погружают пищевые продукты перед панированием и последующим жарением.

Панирование — обваливание кусочков мяса, рыбы и других продуктов в муке, яйце, панировочных сухарях, в муке со взбитым яичным белком или жидком тесте перед их обжариванием.

Пассерование — легкое обжаривание муки, овощей, кореньев без жира или с небольшим количеством жира перед закладкой их в бульон, соус, жаркое.

Пастеризация — обеззараживание при консервировании пищевых продуктов нагреванием до температур, не достигающих 100 °С (в отличие от стерилизации).

Припускание — тушение пищевых продуктов в небольшом количестве жидкости (жидкость не должна покрывать продукт полностью).

Стерилизация — уничтожение микроорганизмов в пищевых продуктах при их нагревании до температур выше 100 °С.

Слабый шарик — проба сахарного сиропа, уваренного в течение более 25 мин. Пробу берут ложкой или пальцами, смоченными в холодной воде. Небольшую порцию сиропа захватывают быстрым движением и опускают в холодную воду. Сахарный сироп должен свернуться в сгусток, как хорошая сметана.

Средний шарик — проба сахарного сиропа, образующего в холодной воде мягкий шарик.

Твердый шарик — проба сахарного сиропа, образующего в холодной воде твердый шарик.

Тонкая и толстая нитка — проба сахарного сиропа, уваренного примерно в течение 25 мин. Если взять пальцами немного сиропа, сжать и разжать их, то при разжимании между

пальцами протянется тонкая или толстая нить.

Фритюр — разогретый жир (или смесь нескольких, жиров) для обжаривания различных продуктов и изделий путем погружения их в этот жир.

Шинкование — резка овощей на мелкие узкие полоски.

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

Александрова П. Кулинарное искусство. СПб, 1899.

Болотникова В. А. и др. Белорусская кухня. Минск: Ураджай, 1977.

Боровой Б. М. Аптека на грядке. Л.: Лениздат, 1982.

Василенко И. Г. Знаете ли вы эти овощи? М.: Колос, 1975.

Райкова М. Консервируем в домашних условиях/ Пер. с чешского. М.: Профиздат, 1960.

Губа Н. И. и др. Тайны щедрого стола. Днепропетровск: Проминь, 1976.

Гришин П. Приготовление пищи. Л.: Лениздат, 1959.

Ковалев И. И. Русская кулинария. М.: Экономика, 1982.

Кузьминский Р. В. и др. Хлеб в нашем доме. М.: Пищевая промышленность, 1980.

Настольная книга садовода / Под ред. Н. С. Краюшкиной. Л.: Лениздат, 1981.

Павловская О. Скоромный и постный стол. СПб, 1890.

Похлебкин В. В. Тайны хорошей кухни. М.: Молодая гвардия, 1979.

Das Backbuch. Verlag fur die Frau DDR. Leipzig, 1967.

Fialova A. Juliana a kollektiv. Mezinarodni kucharha. Praha, Avicenum, zdravotnicke nakladatelstvi, 1980.

Hennig R. Feine salste und pikante Spezialitaten.

Wir kochen gut. Verlag fur die Frau, Leipzig, 1968.